



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

Vanhempien mahdollisuuksia vaikuttaa nuorten tupakointiin

Laura Sillanpää

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)
toukokuu / 2014

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Koulutusohjelman nimi

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Laura Sillanpää	Sivumäärä 42 ja 4 liitesivua
Työn nimi Vanhempien mahdollisuuksia vaikuttaa nuorten tupakointiin	
Ohjaava(t) opettaja(t) Sanna Pylkkänen	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja Kouvolan kaupunki, ehkäisevän työn yksikkö Motiimi	
Tiivistelmä <p>Tässä opinnäytetyössä tutkittiin vanhempien mahdollisuuksia vaikuttaa nuorten tupakointiin. Opinnäytetyön tilaaja on Kouvolan kaupungin ehkäisevän työn yksikkö Motiimi. Motiimin tupakkakeskusteluissa havaittiin, etteivät vanhemmat aina itse tiedosta omia vaikuttamismahdollisuuksiaan oman nuoren tupakointiin liittyen.</p> <p>Opinnäytetyön teoriaosassa käsitellään tupakointia, nuoruutta, vanhemmuutta sekä ehkäisevää päihdetyötä Kouvolassa. Tämän jälkeen esitellään tutkimus sekä tulokset, joita analysoitiin tutkimuskysymysten ja teorian pohjalta.</p> <p>Tutkimuksessa käytettiin kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Suoritin tutkimuksen avoimilla kyselylomakkeilla Elimäen yläkoulun 8.luokan oppilaille ja heidän vanhemmilleen sekä teemahaastatteluna kolmelle koulun aikuiselle. Kyselyyn vastasi 52 vanhempaa ja 82 oppilasta Kohderyhmän valinta perustui Elimäen yläkoulun ja Kouvolan kaupungin ehkäisevän päihdetyön väliseen yhteistyöhön tupakoinnin vähentämiseksi kouluaikana.</p> <p>Tutkimuksen pääongelma on kysymys vanhempien mahdollisuuksista vaikuttaa nuorten tupakointiin. Lisäksi kartoitetaan perheiden toimintatapoja, vanhempien motivointi keinoja, vanhempien esimerkkinä olemista sekä mielipiteitä Elimäen yläkoulun mallista puuttua oppilaiden tupakointiin.</p> <p>Aineistosta saatujen tulosten perusteella voidaan todeta, että vanhempien rooli päihdekasvattajina on merkittävä ja heillä on mahdollisuuksia vaikuttaa oman nuorensa tupakointiin. Tutkimustuloksia voidaan hyödyntää jatkossa nuorten tupakkakeskusteluissa ja päihdeaiheisissa vanhempainilloissa.</p>	
Asiasanat Tupakointi, nuoret, vanhemmuus, ehkäisevä päihdetyö	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Name of the Degree Programme

ABSTRACT

Author Laura Sillanpää	Number of Pages 42 + 4
Title Parents`opportunities in influencing young people`s smoking habits	
Supervisor(s) Sanna Pylkkänen	
Subscriber and/or Mentor City of Kouvola, substance abuse prevention unit	
Abstract <p>This thesis researches parents' opportunities in influencing young people's smoking habits. The thesis was commissioned by the city of Kouvola's substance abuse prevention work team Motiimi. In discussions conducted by Motiimi on the subject of smoking, it became apparent that parents are often unaware of the extent to which they are able to influence their children's attitudes to smoking.</p> <p>The theoretical part of this thesis discusses smoking, youth, parenthood and substance abuse prevention work in Kouvola. This discussion is followed by the introduction of the research and its findings, which were analysed based on the research questions and the discussed theory.</p> <p>The research method used was qualitative in nature. The research was conducted through an open ended questionnaire presented to the pupils of the eight grade of Elimäki secondary school and their parents, as well as through a thematic interview conducted with three employees of the school. 52 parents and 82 students returned the questionnaire. The target group was chosen based on the cooperative work between Elimäki secondary school and the city of Kouvola's substance abuse prevention work team towards reducing smoking during school hours.</p> <p>As its principal issue this research asks what opportunities parents have to influence young people's smoking habits. In addition to this the research maps out families' different methods of conduct, parents' ways of motivating their children, parents' own exemplary behaviour, and opinions held regarding the policies on intervening in student smoking in Elimäki secondary school.</p> <p>Based on the results gathered through this material it can be concluded that the role parents have regarding substance abuse is of considerable value, and that they have the opportunity to influence their children's attitudes towards smoking. These research results can, in the future, be used to inform discussions regarding young people's smoking, as well as in substance abuse related parents' evenings.</p>	
Keywords smoking, youth, parenthood, substance abuse prevention	

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

1 JOHDANTO	5
2 TUPAKOINTI, NUORET JA VANHEMMUUS	7
2.1 Tupakointi	8
2.2 Nuoret	12
2.3 Vanhemmuus	16
3 EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ	19
3.1 Ehkäisevä päihdetyö Kouvolassa	20
3.2 Tupakoinnin ehkäisymenetelmiä	22
4 AINEISTON KERUU	24
4.1 Tutkimusongelmat	25
4.2 Tutkimusmenetelmät	26
4.3 Tutkimuksen luotettavuus	27
5 AINEISTON ANALYYSI	29
5.1 Kahdeksasluokkalaisten tupakointi Elimäen yläkoululla	29
5.2 Toimintatavat perheissä nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista	30
5.3 Ennaltaehkäisevät toimenpiteet perheissä	31
5.4 Vanhempien tupakointi ja esimerkkinä oleminen	33
5.5. Mielipiteitä Elimäen yläkoulun mallista puuttua oppilaiden tupakointiin kouluaikana	33
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	34
LÄHTEET	40
LIITTEET	43
Liite 1. Kysely vanhemmille	
Liite 2. Kysely oppilaille	
Liite 3. Teemahaastattelun tukilista	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tarkoitus on selvittää vanhempien mahdollisuuksia vaikuttaa nuorten tupakointiin. Nuorten tupakointi on yhteiskunnallisesti, kansantaloudellisesti ja terveydellisesti merkittävä ongelma. Tupakointi aiheuttaa terveyshaittoja ja riippuvuutta, joille nuoret ovat erityisen alttiita. Riippuvuus on voimakas ja tästä syystä tupakkatuotteiden vaarallisuutta suhteessa muihin päihteisiin ei tulisi vähätellä (Pylkkänen, Viitanen, Vuohelainen 2009, 4). Toimin itse Kouvolan kaupungin ehkäisevän päihdetyöntekijänä ja kohtaan työssäni sekä nuoria, että heidän vanhempiaan. Koska vanhemmat ovat alle 18-vuotiaan elämässä tärkeimmät päihdekasvattajat, kiinnostaa minua erityisesti heidän mahdollisuus vaikuttaa oman nuorensa valintoihin suhteessa tupakointiin. Työni kautta olen kohdannut vanhempien erilaisia tapoja suhtautua nuorten tupakointiin. Nuorten tupakkakeskusteluissa vanhemmat sanovat usein: ”Minkä mä sille voin, että se polttaa tupakkaa, enhän mä voi sitä koko ajan vahtia”.

Yhteiskunta pyrkii suojelemaan nuoria tupakan haitoilta muun muassa lainsäädännön avulla. Kaikki vanhemmat eivät kuitenkaan noudata lakia, vaan ovat välinpitämättömiä tai epäjohtonmukaisia, jopa sallivia nuorten tupakoinnin suhteen. Nuorten kiinnostus tupakointia kohtaan ei koske kaikkia. 2000-luvulla nuorten tupakointi on vähentynyt, mutta ei kokonaan loppunut (Puuronen 2012, 13–14). Tupakka ja tupakointi ovat yksi ehkäisevän päihdetyön osa-alue. Ehkäisevä päihdetyö aiheena on niin laaja ja monipuolinen, että aiheen rajaaminen oli välttämätöntä. Tämä opinnäytetyö keskittyy nuorten tupakointiin. Opinnäytetyön tutkimustuloksia voi kuitenkin hyödyntää vanhempien vaikutusmahdollisuuksien osalta myös muiden päihteiden ennaltaehkäisyyn.

Toteutin tutkimuksen kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimusmenetelmällä. Tutkimusaineistoin keräämiseen käytin avointa kyselylomaketta sekä teemahaastattelua lokakuussa 2013. Rajasin opinnäytetyön koskemaan nuoria ja heidän vanhempiaan. Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan Elimäen yläkoulun kahdeksaluokkalaisia ja heidän vanhempien mahdollisuuksia vaikuttaa oman lapsensa tupakointiin. Tutkimuksen kohderyhmänä olevat nuoret ovat iältään 14 – 15 – vuotiaita. Halusin myös koulun näkökulman asiaan ja haastattelin terveydenhoi-

tajaa, kuraattoria ja koulunuorisotyöntekijää. Elimäen yläkoulu on kuluneen vuoden aikana tehnyt aktiivista yhteistyötä Kouvolan kaupungin ehkäisevän päihdetyön kanssa oppilaiden tupakoinnin vähentämiseksi kouluaikana. Tämän vuoksi tutkimusaineisto on kerätty juuri kyseiseltä koululta.

Tiedonhakuani ohjanneita tutkimuskysymyksiä oli viisi. Tutkimuksen pääongelmana on kysymys vanhempien mahdollisuuksista vaikuttaa nuorten tupakointiin. Lisäksi selvitin kohderyhmäni ajatuksia hyvistä ja huonoista toimintatavoista nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista. Halusin tietää myös miten vanhemmat voivat motivoida nuorta olemaan polttamatta ja onko vanhempien omalla tupakoinnilla vaikutusta nuoren tekemiin valintoihin. Kysyin myös jokaiselta kohderyhmältä mielipidettä Elimäen yläkoulun mallista puuttua oppilaiden tupakointiin kouluaikana.

Opinnäytetyöni aiheista on paljon tutkittua tietoa ja aikaisempia tutkimuksia. Tämä tutkimus rakentuu siten, että kappale kaksi koostuu tietoperustasta, jossa käsittelen keskeisimmät käsitteet ja aikaisempia tutkimustuloksia tupakan, nuoruuden ja vanhemmuuden näkökulmista. Ensimmäiseksi kirjoitan tupakoinnin haitoista ja vaaroista sekä riippuvuuden synnystä. Kerron kuinka paljon nuoret tupakoivat ja miksi tupakointi aloitetaan. Esittelen säännöllisesti toteutettavia nuorten tupakkatutkimuksia ja kerron merkittävimmät riskitekijät tupakoinnin aloittamiseen. Seuraavaksi kirjoitan auki nuoruuden määritelmiä sekä tyypillisiä nuoruuden ilmiöitä suhteessa tupakointiin. Nuoruutta tarkastelen lähinnä psyykkisen kehityksen näkökulmasta ja vähemmän fysiologisten muutosten näkökulmasta. Luvun kaksi viimeinen osio käsittelee vanhemmuutta ja sen tärkeyttä nuoren elämässä erityisesti tupakoinnin viitekehyksestä. Kappaleessa kolme kirjoitan ehkäisevästä päihdetyöstä ja tupakoinnin ehkäisymenetelmistä yleisesti sekä esittelen Kouvolan kaupungin ehkäisevää päihdetyötä sekä yhteistyötä Elimäen yläkoulun kanssa. Kappaleissa neljä kerron tutkimuksen taustoista, tutkimuksen kulusta ja aineiston keruusta. Kyseinen luku pitää sisällään muun muassa tutkimusongelmat, tutkimusmenetelmät sekä tutkimuksen luotettavuuden. Kappaleessa viisi analysoin tutkimustulokset tutkimusongelma kerrallaan, jokaisen kohdejoukon näkökulmasta käsin. Kappaleessa kuusi teen johtopäätöksiä tutkimuksesta teoriapohjan ja tutkimuskysymysten pohjalta sekä kuvaan tutkimuksen merkitystä ehkäisevälle päihdetyölle ja nuorten vanhemmille.

Tutkimuksen aihe on työelämälähtöinen. Työyhteisössäni on käytetty yhteisöllisiä ideointimenetelmiä muun muassa aivorihtä keskusteltaessa opinnäytetyöni aiheesta ja sen mahdollisuuksista ehkäisevän päihdetyön kentällä. Opinnäytetyön aihe on itseäni kiinnostava sekä omaa ammatillisuuttani kehittävä. Toivon tutkimustulosten auttavan nuorten ehkäisevää päihdetyötä ja sitä kautta niitä vanhempia, jotka aiheen parissa ”painivat”.

2 TUPAKOINTI, NUORET JA VANHEMMUUS

Tässä luvussa esitellään tämän opinnäytetyön keskeiset käsitteet, joita ovat tupakointi, nuoret ja vanhemmuus. Kyseisiä käsitteitä tarkastellaan opinnäytetyön viitekehyksestä käsin eli laajoja aiheita on rajattu hyödyntämään tätä tutkimusta, jossa pohditaan vanhempien mahdollisuuksia puuttua oman nuorensa tupakointiin. Tupakointia käsitellään nuoruuden näkökulmasta, nuoruutta tupakoinnin näkökulmasta ja vanhemmuuden merkitystä suhteessa nuorten tupakointiin.

Tupakointi on kiistatta yksilön terveydelle haitallista. Tupakan sisältämä nikotiini aiheuttaa vahvaa riippuvuutta, joka syntyy nuorelle nopeammin kuin aikuiselle. (Puuronen 2012, 113-114.) Nuorten tupakoinnin eteneminen alkaa kokeilusta ja päättyy usein riippuvuuteen. Tähän väliin jää satunnainen käyttö, varhainen huolestuttava tai haitallinen käyttö ja säännöllinen käyttö. (Kylmänen 2005, 23.)

Nuoruutta voidaan määritellä monella eri tavalla, esimerkiksi kehityspsykologian, lainsäädännön, koulun tai nuorten itsensä näkökulmasta. Tässä tutkimuksessa nuoruutta käsitellään erityisesti murrosiän viitekehyksestä. Vanhemmuutta tarkastellessa keskitytään murrosikäisten nuorten vanhemmuuteen sekä vanhempien toimimiseen esimerkkinä ja päihdekasvattajana.

2.1 Tupakointi

Suomen laki pyrkii ehkäisemään tupakoinnin aiheuttamien terveysriskien ja terveyshaittojen syntymistä. Laki kieltää tupakoinnin alle 18-vuotiailta. Myös tupakkatuotteen ja tupakointivälineen myyminen ja luovuttaminen alle 18-vuotiaalle on kiellettyä. (Laki toimenpiteistä tupakoinnin vähentämiseksi 487/1999.)

Tupakka sisältää noin 4000 eri ainetta, muun muassa myrkkyjä, syaanivetyä, hääkää, asetonia, ammoniakkia ja bentseeniä. Tupakointi lisää monien sairauksien vuoksi kuolemanriskiä: puolet koko ikänsä tupakoivista kuolee tupakan aiheuttamiin sairauksiin. Yleisimpiä sairauksia ovat esimerkiksi keuhkosityöpä, kurkunpäänsyöpä, ruokatorven syöpä, suuontelon syöpä, mahahaava sekä sydän- ja verisuonitaudit. (Puuronen 2012, 114.) Tupakoinnin aiheuttamat kustannukset Suomessa ovat 1,5 – 2 miljardia euroa vuodessa. Kustannukset syntyvät ennenaikaisista kuolemantapauksista, sairauksien hoidosta, sairauskorvauksista, työssä poissaolosta, tekemättömästä työstä tupakkataukojen aikana, tulipaloista, roskaamisesta, ja tupakkatilojen rajaamisesta. Tupakkatuotteiden käytön loppuminen olisi yksi merkittävimmistä mahdollisuuksista edistää väestön terveyttä, pienentää terveydenhuollon kokonaismenoja ja saada lisäresursseja terveyden- ja sairaanhoitoon. (Hara, Ollila & Simonen 2010, 14; Puuronen 2012, 201.)

Tässä tutkimuksessa tarkastellaan erityisesti nuorten tupakointia. Nuorten tupakkariippuvuuden syntyä on tutkittu suhteellisen vähän, mutta uusimpien tutkimusten mukaan nuorten elimistö on herkempi nikotiinin vaikutuksille kuin aikuisten ja että nuorten aivojen plastisuus saattaa edistää riippuvuuden syntymistä (Puuronen 2012, 113-114). Vierolan (2005) mukaan nuorten tupakointi hidastaa keuhkojen kasvua pysyvästi, joten tupakointi kannattaa lopettaa jo kasvuiässä. Alle 20-vuotias voi saada keuhkohtaumataudin oireita, sillä keuhkosolujen dna-vaurion riski alkaa jo ensimmäisestä savukkeesta ja kasvaa kumulatiivisesti vuosien myötä. Lopettamalla tupakoinnin masennusriski ja alkoholismin riski pienenee. Nikotiiniriippuvuus on myös helpointa voittaa nuorena. (Mt., 36.)

Nuorten tupakointi alkaa usein kokeilunhalusta ja jännityksestä kiellettyä ainetta kohtaan. Tupakoinnin aloittamiseen ajaudutaan usein kokeilujen kautta. Tupakointia kokeileva nuori ei suunnittele ryhtyvänsä tupakoijaksi ja tulevansa riippuvaiseksi. Pikkuhiljaa tupakointi muuttuu säännölliseksi ja lopettaminen onkin jo vaikeampaa. (Salomäki & Tuisku 2012, 9.) Toiset nuoret kokevat kokemuksen epämiellyttäväksi, toiset jatkavat kokeilua kavereiden kanssa. Jos kaveriporukan tupakointi vakiintuu, puhutaan sosiaalisesta riippuvuudesta. Tällöin on vaikeaa olla polttamatta, jos kaveritkin tupakoivat. Myös fyysinen riippuvuus voi syntyä nuorilla nopeasti ja elimistö alkaa oireilla, jos ei saa tarvittavaa nikotiiniannosta. (Kylmänen 2005, 98.)

Merkittävimmät riskitekijät tupakoinnin aloittamiseen nuorilla ovat halu olla aikuinen, vanhempien lupa tupakoimiseen, tupakoivien kavereiden suuri lukumäärä ja tupakan mainonta. Näiden lisäksi nuoret eivät pelkää, eivätkä koe ajankohtaiseksi tupakoinnista aiheutuvia terveysriskejä tai terveyshaittoja. (Vierola 2005, 39.) Tyypillisesti tupakointi aloitetaan yläkouluikäisenä. Keskimäärin tupakoinnin aloittamisikä Suomessa on 14 vuotta. (Hara, Ollila & Simonen 2010, 13.)

Suomessa tutkitaan nuorten tupakointia ja siihen liittyviä muutoksia säännöllisesti. Tunnetuimmat tutkimukset ovat Nuorten terveystapatutkimus, Kouluterveyskysely sekä ESPAD, eurooppalainen tutkimus nuorten päihteiden käytöstä. Kaikkien kolmen tutkimuksen mukaan nuorten säännöllinen tupakointi sekä tupakointikokeilut ovat vähentyneet viime vuosina, vuosituhaten alusta vuoteen 2013 tutkittuna. (Kinnunen, Lindfors, Pere, Ollila, Samposalo & Rimpelä 2013, 46.)

Tampereen yliopiston Nuorten terveystapatutkimus on seurannut pisimpään nuorten tupakointia, aina vuodesta 1977 asti. Vuoden 2013 terveystapatutkimus osoittaa, että tupakointi on vähentynyt etenkin 14- ja 16-vuotiaiden keskuudessa. Myös tupakoinnin kokeiluikä on siirtynyt myöhemmäksi. Vuonna 2013 14-vuotiaista tytöistä tupakoi säännöllisesti kuusi prosenttia ja samanikäisistä pojista neljä prosenttia. Vielä vuonna 2009 molemmilla luku oli 8 %, ja vuonna 2002 15-vuotiaista tytöistä tupakoi säännöllisesti 32 % ja pojista 28 %. (Kinnunen ym. 2013, 46; Puuronen 2012, 13–14.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos kokoaa tietoa nuorten elinoloista, kouluoloista, terveydestä, terveystottumuksista sekä oppilas- ja opiskeluhuollosta. Valtakunnalliseen Kouluterveyskyselyyn vastaavat 14–18-vuotiaat nuoret. Vuoden 2013 Kouluterveyskyselyn mukaan peruskoululaisista tupakoi päivittäin 13 %, lukiolaisista 8 % ja ammattikoululaisista 36 %. Kymenlaaksossa, jossa Kouvola ja Elimäki sijaitsevat, peruskoululaisista tupakoi päivittäin 15 %. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2013.)

Neljän vuoden välein julkaistava ESPAD vertaa kansainvälisesti suomalaisnuorten tupakointia muiden maiden nuorten tupakointiin (Puuronen 2012, 15). Nuorten tupakointi on vähentynyt myös muualla maailmassa, muun muassa Yhdysvalloissa ja Kanadassa. ESPAD tutkimus osoitti, että eurooppalaisten nuorten tupakointi on yleisesti laskusuunnassa, kuten Ruotsissa ja Ranskassa. Suomalaisnuorten tupakointi on yleisempää ja alkaa aikaisemmin kuin muissa teollistuneissa maissa. Suomi on ainoa maa, joka tähtää tupakkatuotteiden käytön loppumiseen vuoteen 2040 mennessä. (Hara ym. 2010, 13; Kinnunen ym. 2013, 46.)

Uusin nuorten tupakointiin liittyvä tutkimus on kansainvälinen Global Youth Tobacco Survey. Vuonna 2012 toteutettu tutkimus selvittää nuorten tupakointiasenteita, tietoja ja kokemuksia. Tutkimuksen lopullinen raportti valmistuu keväällä 2014. Tähän tutkimukseen osallistui yli 5000 suomalaista 13-15-vuotiasta nuorta. Tästä otannasta säännöllisesti tupakoivia oli 18 %, yhdeksäsluokkalaisista 27 %. Tutkimuksen mukaan tupakointi yleistyy yläkouluiässä, mutta tupakoimattomien nuorten kiinnostus tupakointia kohtaan on vähentynyt. Tutkittujen nuorten mielipide tupakoinnin ehkäisyyn oli ensisijaisesti tupakkatuotteiden hinnan nostaminen. Lähes puolet tutkituista nuorista oli myös sitä mieltä, että tupakoinnin aloittaminen olisi harvinaisempaa, jos koulun tupakointikieltoa valvottaisiin tiukasti. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014b, 2-11, 21.)

Edellä mainittujen tutkimustulosten mukaan nuorten tupakointi on vähentynyt Suomessa koko 2000-luvun ajan. Ehkäisevällä päihdetyöllä ja vanhempien asenteella on ollut tähän suuri merkitys. (Kylmänen 2005, 52.) Tupakointi on vähentynyt myös erilaisten toimenpiteiden ansiosta, joita ovat esimerkiksi myynnin valvonta, tupakkaveron korottaminen, savuttomuuden edistäminen

erilaisissa toimintaympäristöissä, vieroituksen tehostaminen ja terveysneuvonta. Kaikkia toimenpiteitä tulisi tehostaa entisestään. (Kinnunen ym. 2013, 46.)

Yksi riskitekijä nuorten tupakoinnin aloittamiselle on vanhempien tupakointi. Molempien tai toisen vanhemman tupakoidessa, myös nuoren tupakoiminen mahdollistuu helpommin. Tupakkaa voi varastaa tai saada vanhemmilta, vanhemmat eivät haista tupakan hajua, haittoja ei pelätä ja vanhemmat viestittävät omalla käytöksellään, että tupakointi on hyväksyttävää ja osa perheen arkea. Tupakoivista vanhemmista puolet arvioi oman tupakoinnin vaikuttavan lapsen tupakkakokeiluihin. Kolmannes vanhemmista ajattelee, ettei oma tupakointi vaikuta lapseen mitenkään. Tupakoivista vanhemmista lähes kaikki eivät hyväksyisi lapsensa tupakointia. (Salomäki 2007.)

Tupakoiva nuori on alttiimpi kokeilemaan ja käyttämään muitakin päihdyttäviä aineita, kuten huumeita. Myös masennusoireet liittyvät tupakoiviin nuoriin. Nuoret joko hoitavat masennustaan tupakoimalla eli hakevat lohtua ja mielihyvää tai nuoret saavat masennusoireita tupakoituaan. (Rainio, Sihvola & Rimpelä 2008, 16.) Myös Kylmänen (2005) kirjoittaa tupakoinnin yhteydestä muihin päihteisiin. Hänen mielestä tupakoinnin ehkäisy ehkäisee myös muiden päihteiden käyttöä. Siksi tupakkatuotteiden käyttö on keskeinen päihdeohjelmissa määriteltävä asia. (mt., 50.) Tupakointi on nuoruudessa tyypillinen riskikäyttäytymisen ensiaskel ja se voi olla oire psyykkisestä huonovointisuudesta ja syrjäytymisvaarasta (Hara ym. 2010, 14).

Global Youth Tobacco Survey –tutkimus kertoo, että suurin osa tupakoivista yläkouluikäisistä nuorista haluaisi lopettaa tupakoinnin ja kaksi kolmesta on sitä yrittänytkin viimeisen vuoden aikana. Riippuvuuden syntyä on havaittavissa yli 80 % tupakoivilla yläkouluikäisillä. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014b, 16–17.)

Nuorten tupakkatuotteiden käytön kehitys on viime vuosina edennyt pääosin Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tavoitteiden mukaisesti. Ohjelman tavoite on, että vuonna 2015 16–18-vuotiaista tupakoi 15 %. Tavoite toteutuu ehkäisemällä tupakkakokeiluja sekä edistämällä ja tukemalla tupakkatuotteiden käytön lopettamista. Tavoitteet saavutetaan, mikäli aikuiset suhtautuvat kieltei-

sesti nuorten tupakointiin, riippumatta siitä tupakoivatko he itse. Aikuisten tulee kasvattaa nuoria tupakoimattomuuteen ja puuttua aktiivisesti tupakkakokeiluihin. (Hara ym. 2010, 3.)

Edellä mainittujen tutkimusten pohjalta voidaan todeta, että tupakoinnin vaarallisuudesta ja nuorten riippuvuuden nopeasta synnystä johtuen tupakoinnin ehkäisy on tärkeää sekä yhteiskunnalle että yksilölle. Tupakoinnin aloittamisen merkittävimmät riskitekijät on hyvä tiedostaa, ja koska nuoret ovat se ryhmä, joka tupakoinnin aloittaa, on perusteltua kohdentaa tupakoinnin ehkäisy kyseiseen kohdejoukkoon. Nuorten tupakkatutkimuksia tehdään Suomessa säännöllisesti, näiden mukaan nuorten tupakointi on vähentynyt koko 2000 –luvun aikana.

2.2 Nuoret

Suomi sitoutui YK:n lapsen oikeuksien yleissopimukseen vuonna 1991. Sopimus velvoittaa valtiota, kuntia, vanhempia ja muita aikuisia lain tavoin. Sopimuksessa on määritelty muun muassa alaikäisten kansalais- ja sosiaalioikeudet. Se tähtää lapsen ihmisarvon vahvistamiseen ja korostaa lapsuuden ja vanhemmuuden ainutlaatuista asemaa ja merkitystä yksilöille ja yhteiskunnalle. (Bardy 2009, 30.)

Nuoruus voidaan määritellä monella eri tavalla. Nurmi (2006) jakaa nuoruuden varhaisnuoruuteen, (11–14 ikävuotta), keskinuoruuteen (15–18 ikävuotta) ja myöhäisnuoruuteen (19–25 ikävuotta). Nurmi korostaa, että tiettyyn ikään perustuvaa jakoa tärkeämpää on huomata, että nuorten kehitys ja siihen vaikuttavat tekijät vaihtelevat huomattavasti näiden ikäkausien välillä. Nuoruuden alku on selkeämmin määriteltävissä kuin sen päättyminen, jossa on paljon yksilöllisiä eroja. (Mt., 256–257.)

Valtion nuorisoasiain neuvottelukunta, Nuorisotutkimusverkosto sekä Valtion liikuntaneuvosto teettivät yhteistyössä Nuorten vapaa-aikatutkimuksen, jossa 7-29 -vuotiaat saivat määritellä nuoruutta. Heidän mielestään nuoruus alkaa 10-vuotiaana ja päättyy 20-vuotiaana. Tutkimustulos haastaa olemassa olevia nuo-

ruuden määritelmiä. Esimerkiksi nuorisolain mukaan nuoria ovat kaikki alle 29-vuotiaat ja YK:n mukaan kaikki 15–24-vuotiaat. (Myllyniemi & Berg 2013, 16.)

Lastensuojelulaki määrittelee lapsiksi kaikki alle 18-vuotiaat. Tämä pitää sisällään nuoruuden: lapsuus on pääkäsite ja nuoruus alakäsite. Käytännössä lastensuojelu huomioi lapsia ja nuoria eri tavoin iän mukaan. Lapselle kuuluvien oikeuksien perusteena on laki ja käsitys lasten ikävaiheittaisesta kehityksestä. (Aaltonen & Heikkinen 2009, 165.)

Nuorisotyössä nuoruutta pidetään erityisenä elämänvaiheena, jossa nuorelle tarjotaan ammatillista ja monipuolista tukea kasvun ja kehityksen aikana. Nuorisotyössä tuetaan nuorta hänen luontaisessa sosiaalistumisen ja persoonallisen kasvun prosessissaan, jonka aikana nuorelle herää monenlaisia kysymyksiä, tarpeita ja ajatuksia. (Pylkkänen, Viitanen & Vuohelainen 2009, 11.)

Nurmen (2006) mukaan Erikson (1959) kuvasi nuoruuden kehitystä tapahtumasarjana, jossa yhteiskunnan haasteet ja vaatimukset pakottavat nuoren tulevaisuutta koskeviin päätöksiin ja valintoihin. Tämä näkyy nuoren elämässä kriiseinä useilla elämänalueilla, jotka johtavat aikuiselämän roolivalintoihin. (Mt., 262).

Koulu määrittelee nuoruuden osittain oppivelvollisuuden kautta. Oppivelvollisuus alkaa sinä vuonna, jolloin täytetään seitsemän vuotta ja päättyy sinä lukuvuotena, jona nuori täyttää 17 vuotta (Opetushallitus 2014.) Koulumaailma koee nuoruus käsitteen muuttuneen viime vuosikymmeninä merkittävästi. Käytännön kasvatustyössä ja –toiminnassa on lapsuuden ja nuoruuden välimaastoon tullut varhaisnuoruuden käsite, jolla tarkoitetaan lähinnä 12–15 – vuotiaita. Yli 15-vuotiaita on totuttu pitämään käsitteellisesti nuorina. (Kalliomaa, Puura & Tasanko 2004, 10.)

Koulu määritteli tutkimuskohteenani olleet 14 – 15 – vuotiaat kahdeksaluokkalaiset varhaisnuoriksi. Tutkimukseni yhteydessä puhun kuitenkin puberteetti- eli murrosikäisistä, sillä murrosikään liittyvät monet muutokset paitsi kasvussa ja kehityksessä, myös käyttäytymisessä ja sosiaalisissa suhteissa. Päihdekokeilut ovat myös tyypillisiä murrosikäiselle. Nurmi (2006) kertoo murrosiän olevan siir-

tymistä lapsuudesta aikuisuuteen ja se voi kestää useita vuosia. Nuori kehittyy fyysisesti, hän oppii yhteisössä tarvittavat keskeiset taidot ja valmiudet, itsenäistyy lapsuuden perheestä, etsii ja valitsee myöhemmät roolit sekä muodostaa käsityksen omasta itsestään. Kehitys on monitasoista ja sitä ohjaavat biologiset, psykologiset, sosiaaliset ja yhteiskunnalliset tekijät. Murrosiän alkaminen on yksi keskeinen nuoruusikää määrittelevä tapahtuma. (Mt. 2006, 256.)

Nuoruudessa tapahtuva kehitys on laaja-alaisempaa ja nopeampaa, kuin missään muussa ihmisen kehitys- tai elämänvaiheessa. Oma keho muuttuu lapsen vartalosta aikuisen mittoihin, seksuaalisuus voimistuu ja tunne-elämässä kukohtaa. Kehittyvät ajattelutaidot avaavat nuorelle uuden maailman. Nuoren suhde itseensä, muihin ja maailmaan rakentuvat ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa, johon vaikuttavat perheinstituutio, sukupolvien väliset suhteet ja vertaissuhteet (Bardy 2009, 18.) Nurmen (2006) mukaan nuori muodostaa käsityksen omasta itsestään oman elämän ohjaamisen, valintojen ja niiden onnistuneisuuden arvioinnin kautta. Onnistuminen haasteissa luo pohjaa myönteiselle minäkuvalle ja identiteetille. Epäonnistuminen ja kyvyttömyys käsitellä kielteistä palautetta voivat johtaa kielteiseen minäkuvaan ja huonoon itsetuntoon. Ihmisen käsitys itsestään luo pohjan sille, miten oma elämä suuntautuu myöhemmin. (Mt., 266.)

Nuorilla on selkeästi kohonnut riski jäädä koukkuun johonkin riippuvuuteen – tupakkaan, alkoholiin, huumeisiin, mutta myös peleihin ja nettipornoon. Kaikilla riippuvuuksilla on yhteinen neurobiologinen pohja. Varhaisnuoruuttaan elävän tytön tai pojan on vaikea sanoa ”ei”, kun hänelle tarjotaan päihteitä tai yllytetään tekemään jokin muu tyhmyys. Paitsi että keskushermoston kontrolli ei pidä niin hyvin kuin toivoisi, nuori haluaa ehdottomasti kuulua toverijoukkoon ja olla muiden hyväksymä. Jos hän arvelee saavuttavansa toisten hyväksynnän menemällä hölmöilyyn mukaan, houkutus kasvaa huomattavasti. Nuori on erikoisen haavoittuva vahingollisille kokemuksille, mutta onneksi myös menestyksellä ja myönteisillä kokemuksilla on taipumus jäädä mieleen. (Sinkkonen 2010, 15, 41, 44.)

Nuoruuteen liittyy kamppailu omasta paikasta nuorten yhteisöissä. Kaverit on nuorelle tärkeä yhteisö, heidän kanssaan kokoonnutaan samojen mielenkiinnon kohteiden äärelle. Vuorovaikutus vertaisen kanssa on tärkeää nuorelle. Ajatus

päihteiden käytöstäkin johtuu vuorovaikutuksesta, harvoin nuori keksii sen itse. Yhteisön päihteiden käyttötavat riippuvat ryhmän koostumuksesta ja kiinnostuksen kohteesta. Nuoret pitävät usein päihteitä hienoina, jännittävinä ja aikuisten maailmaan kuuluvina. Yhteisön tuoma paine voi saada nuoren tuntemaan asennoitumiseensa päihteisiin pakkoa. (Helmiö 2010, 106, 108, 110.)

Nuori hakee yhteisönsä tavalla tai toisella. Jos hän ei koe omassa perheessään yhteisöllisyyden tunnetta, se tunne voi löytyä jostakin negatiivisesta yhteisöstä. Nämä yhteisöt sitouttavat nuoren sääntöihinsä ja antavat nuoren kokea olevansa tärkeä. (Hellsten 2007, 15). Perheen merkitys korostuu nuoren elämässä kaveriyhteisöjen lisäksi. Jos perhe ei pysty antamaan turvallista vuorovaikutusta lapselle, heijastuu se aina aikuisuuteen asti. Jos vuorovaikutus epäonnistuu, lopputuloksena voi olla nuori, jolle syntyy syvä pettymys, riittämättömyyden tunne, masennus ja häpeä. Lapselle tärkeää on ruoka ja vaatteet, mutta ennen kaikkea läheisyys ja tunnetason ravinto. (Syrjälä 2005, 13, 37.)

Nuorille on tyypillistä, että he eivät mieti elää kauas tulevaisuuteen. He elävät päivä kerrallaan eivätkä suhtaudu asioihin kovin vakavasti. Nuorten voi olla vaikea kuvitella millaisia he ovat aikuisina, eivätkä halua kieltää itseltään tupakointia lopullisesti. Loppuelämää koskeva päätös tuntuu liian suurelta. Nuorten mielestä paras apu tupakoinnin lopettamiseen löytyy läheltä. Kaikista läheisimmät tuntevat nuoren parhaiten ja osaavat häntä auttaa ja tukea. Nuori voi luottaa läheiseen ihmiseen, jolla on suurin mahdollisuus vaikuttaa nuoren tupakoinnin lopettamisen onnistumiseen. Vanhemmat, poika- tai tyttöystävät ja läheiset kaverit ovat avainasemassa. (Salomäki & Tuisku 2012, 24, 32.)

Toisinaan nuorison katsotaan edustavan yhteiskunnan rakenteita horjuttavaa sosiaalista ongelmaa, jota täytyy kontrolloida, mutta heihin ladataan myös toiveita paremmasta tulevaisuudesta. Suomessa nuorten ongelmia on pyritty ymmärtämään ja tukemaan. Ongelmallisesti käyttäytyviä nuoria ei tarkastella niinkään pahantekijöinä vaan yhteiskunnallisten muutosten uhreina, jotka eivät tarvitse pelkästään rangaistuksia vaan myös tukea. (Aaltonen & Heikkinen 2009, 167.)

Edellä mainittujen tutkimusten pohjalta voidaan todeta, että nuoruudella on monta erilaista määritelmää. Yksi määritelmistä on puberteetti- eli murrosikä, jonka aikana nuoren fyysinen ja psyykkinen kehitys on laaja-alaista ja nopeaa. Nuorilla on suuri riski tupakkakokeiluille sekä riippuvuuden synnylle. Ikätovereiden merkitys sekä vanhemmilta saadun huolenpidon ja tuen tarve kasvavat murrosikäisen nuoren elämässä.

2.3 Vanhemmuus

Lastensuojelulaissa sanotaan ”Lapsen vanhemmilla ja muilla huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista. Lapsen vanhemman tai muun huoltajan tulee turvata lapselle tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi” (Lastensuojelulaki 417/2007 2 §). Tämä tarkoittaa, että lasten vanhemmilla on ensisijainen vastuu lapsen hyvinvoinnista. Jotta vanhempi voi olla paras mahdollinen tukija ja kasvattaja, on hänen tunnistettava ja hyväksyttävä ne piirteet ja asiat joissa oma nuori tarvitsee tukea ja kannustusta (Kinnunen, Pajamäki-Alasara & Tallgren 2009, 7).

Nuoret toivovat päinvastaisista vakuutteluista huolimatta, että aikuiset olisivat heidän rinnallaan eivätkä jättäisi heitä liian aikaisin oman onnensa varaan. Nuoret tarvitsevat aikuisten tukea, toisinaan ymmärtäjää, toisinaan taas lujaa mutta lämmintä vastusta. (Sinkkonen 2010, 50, 53.) Jotta lapset voisivat kasvaa terveeseen ja tyydyttävään omaan elämään, he eivät tarvitse vain ammattiauttajien tai ystävien apua vaan ennen muuta vanhempien tukea jakamaan heidän tuntemuksensa, huolensa ja rakkautensa terveessä perhepiirissä (Ackerman 1991, 126). Syrjälän (2005) mukaan vanhemmuuden valttikortin edellytys on vanhempien tiedostaminen murrosiän käyttäytymisestä ja kapinoinnista ja silti olla nuorelle vanhempi ja antaa nuoren olla nuori. Valttikorttia pitäisi vielä osata käyttää tilanne- ja tapauskohtaisesti jokapäiväisessä elämässä. (Mt., 79.)

Syrjälä (2005) peräänkuuluttaa vanhempien tekemiä valintoja, jotka kertovat lapselle kuinka arvokas hän on vanhemmilleen. Lapselle nämä välittyvät yhteisen ajan määrässä ja siinä, kuinka kiinnostuneita vanhemmat ovat hänelle tar-

keistä asioista. (Mt., 18). Vanhemmilta voi vaatia voimia kohdata kasvukipujaan oirehtiva murrosikäinen. Nuori viestittää haluavansa olla itsenäinen ja päättää omista asioistaan. Siitä huolimatta vanhemman on kannettava vastuu, asetettava rajoja ja valvoa lasten tekemisiä. Lapsi, joka on jo pienestä oppinut luottamaan siihen, että tulee kuulluksi ja on tärkeä vanhemmille, kokee todennäköisesti myös murrosvaiheet turvallisena. (Syrjälä 2005, 18.).

Tässä tutkimuksessa vanhemmuutta tarkastellaan nuorten tupakoinnin näkökulmasta. Kylmänen (2005) kirjoittaa, ettei vanhempien merkitystä voi riittävästi korostaa nuorten tupakoinnin ehkäisyssä. Vanhempien rooliin kuuluu oman esimerkin antaminen, havainnointi ja puuttuminen mahdolliseen tupakointiin. (Mt., 52.) Myös Hara ym. (2010) kirjoittavat vanhemmuuden tärkeydestä liittyen nuorten tupakointiin. Perhe, sekä hyvinvoiva vanhemmuus ovat tärkeimmät lapsen ja nuoren kehitysympäristö. Lapsi tarvitsee vanhemmiltaan vastuunottoa, suojelua, huolenpitoa ja turvallisia rajoja. Enemmistö nuorista ajattelee, ettei vanhempien tule sallia lastensa tupakointia. Aikuisten vastuulla on taata nuorille tupakoimattomuutta edistävä elinympäristö. Aikuisten tulee puuttua nuorten tupakointiin eikä suhtautua siihen välinpitämättömästi, saati hyväksyttävästi. Tupakointi siirtyy perheessä sukupolvelta toiselle sekä sosiaalisena kasvuympäristönä, että geneettisenä alttiutena. Myös näistä syistä johtuen koti on tärkein paikka nuorten tupakoimattomuuden edistämiseksi. (Mt., 15, 19.)

Vierola (2005) ajattelee, että vanhempien, jotka haluavat estää lapsensa tupakoinnin, tulisi olla itse tupakoimatta. Lapsen riski alkaa tupakoimaan on kaksinkertainen, mikäli isä tai äiti tupakoi. Tupakkamainonnan ja kavereiden tupakoinnin vaikutusta tupakoinnin aloittamiseen estää se, jos vanhemmat eivät tupakoi.

Vierola on myös sitä mieltä, etteivät terveysriskitkään estä nuorta aloittamasta tupakointia. Hän ehdottaa vuorovaikutteista terveystiedon opetusta, johon osallistuisivat oppilas, opettaja ja vanhemmat. (Mt., 32, 33.) Sinkkonen (2010) on sitä mieltä, aikuisten velvollisuus on suojella nuorta hänen omilta impulsseiltaan. Suojelun tarve perustuu siihen tosiseikkaan, että nuoren keskushermoston keskeneräisyys ei anna hänelle tarvittavia valmiuksia harkita tekojensa seurauksia. (Mt., 44.) Lapsilla ja nuorilla on oikeus terveyteen, hyvinvointiin ja tur-

vattuun elämään sekä tupakoimattomuutta edistävään elinympäristöön. (Hara ym. 2010, 3.)

Vanhemmuuden yksi tärkeimmistä tehtävistä on tukea ja vahvistaa nuoren itsetuntoa. Nuoren vahvuuksien huomioiminen, kannustaminen ja luottavainen suhtautuminen nuoren tulevaisuuteen, luovat pohjan hyvälle itsetunnolle. Hyvä itsetunto on merkittävä suojaava tekijä nuoren hyvinvoinnille. Se tukee myös nuorta sosiaalisissa suhteissa ja tukee nuoren päihteisiin liittyviä valintoja, myös sosiaalisen paineen alla. (Hänninen 2013, 188.)

Vanhempien ei tarvitse olla huolissaan varsinaisen päihdetyön tietopohjan osaamisesta. Tärkeintä on päihdekasvatuksen kohteena olevien nuorten elämäntilanteen ja taustan tunteminen. Vanhemmat voivat osallistua päihdekeskusteluun arjen eri tilanteissa ja palata asiaan myöhemmin. Vanhempien kyky tiedonhakuun ja medialukutaitoon voidaan yhdistää osaksi päihdekasvatuskonaisuutta. Nuoria kuuntelemalla myös vanhemmat oppivat uusia asioita ja päivittävät näkökulmiaan liittyen päihteisiin. Nuoret ovat itse oman elämänsä parhaita asiantuntijoita, mutta vanhemman tehtävä on kertoa miltä asiat näyttävät aikuisen näkökulmasta. Avoin keskustelu nuoren kanssa ei tarkoita kaiken jakamista eikä varsinkaan kaiken hyväksymistä. (Pohjonen 2013, 170, 171.)

Koska koti on tärkein ehkäisevän päihdetyön yksikkö, on tärkeää, että vanhemmat saavat tietoonsa nuoren mahdollisen tupakoimisen. Merkkejä tupakoimisesta ovat esimerkiksi tupakan haju nuoren hengityksessä tai vaatteissa, piilotetut tupakka-askit kotona tai kodin lähiympäristössä, tupakan näpistely, lisääntynyt rahan tarve ja nuoren käyttäytymisen muuttuminen ”salaisuuden” myötä. (Rainio, Sihvola & Rimpelä 2008, 34.)

Edellä mainittujen tutkimusten pohjalta voidaan todeta, että vanhemmilla on tärkeä rooli tukea nuorten kasvua ja kehitystä sekä vahvistaa itsetuntoa. Omien lastensa tärkeimpinä päihdekasvattajina vanhempien tehtävä on puuttua nuorten tupakointiin sekä toimia itse esimerkkinä ja roolimallina.

3 EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ

Ehkäisevä päihdetyö perustuu lakiin, ja sen toteutumisesta huolehtivat kunnat. Ehkäisevää päihdetyötä ohjaa lainsäädännön kautta esimerkiksi päihdehuolto-laki (1986/41), jonka tavoitteeksi on asetettu ehkäisevään päihdetyötä koskeva viittaus ”ehkäistä ja vähentää päihteiden ongelmakäyttöä sekä siihen liittyviä sosiaalisia ja terveydellisiä haittoja”. Lisäksi ehkäisevää päihdetyötä säätelee raittiustyölaki (1982/828), alkoholilaki (1994/1143), tupakkalaki (1976/693) sekä huumausainelaki (1993/1289) (Tapio 2013, 16, 17). Tupakan lisäksi päihteisiin luetaan alkoholi, huumeet, lääkkeet, liuottimet ja muut aineet, jos niitä käytetään päihtymistarkoituksessa. Myös toiminnalliset riippuvuudet, kuten peliriippuvuus kuuluvat ehkäisevän päihdetyön toimintakenttään. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2014a.)

Päihdetyö jakaantuu ehkäisevään ja korjaavaan työhön. Tässä tutkimuksessa nuorten tupakointia tarkastellaan ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta. Ehkäisevällä päihdetyöllä pyritään ehkäisemään ja vähentämään päihteiden käyttöä. Ehkäisevän päihdetyön keinoin vaikutetaan päihteiden saatavuuteen ja hintaan, päihteitä koskeviin tietoihin ja asenteisiin sekä päihteiden käyttötapoihin. Ehkäisevä päihdetyö on kokonaisuus, johon kuuluu terveyttä suojaavat toimet, tiedon välittäminen, yhteisön arvoihin vaikuttaminen ja kehittämistyö. Ehkäisevän päihdetyön tietoperustaa ovat muun muassa tiedot eri päihteistä, niiden käytöstä ja haitoista, päihderiskeiltä ja haitoilta suojaavat ja altistavat tekijät, kohderyhmän elinolot, kulttuuri ja oikeudet sekä valtakunnalliset ja paikalliset strategiat. (Soikkeli & Warsell 2013, 17, 18, 48.) Ehkäisevä päihdetyö on siis hyvinvointityötä, jonka tavoitteena on lisätä fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia (Hänninen 2013, 191).

Nuorten näkökulmasta tärkeä osa ennalta ehkäisyä on sosiaalinen vahvistaminen. Sosiaalisen vahvistamisen avulla vahvistetaan kodin kasvatustyötä, sosiaalisia ja ryhmässä toimimisen taitoja, päihdeilmiön ymmärrystä, sekä niitä tietoja ja taitoja joiden tiedetään lisäävän nuorten vahvuuksia suhteessa päihteisiin. (Soikkeli ym. 2013, 18.) Ehkäisevä päihdetyö tulee nähdä pysyvänä osana

nuorisokasvatusta, joka tavoittaa aina uudet ikäluokat. Nuorten parissa tehtävä ehkäisevä päihdetyö on arvostettua ja sitä tehdään laajasti Suomessa. Nuorten ehkäisevä päihdetyö tarvitsee omia menetelmiä ja osaamista. Nuorten tarkasteleminen erityisenä ongelmaryhmänä päihteiden käytön osalta ei kuitenkaan ole tarpeellista. (Pylkkänen & Viitanen & Vuohelainen 2009, 3, 11.)

Helmiö (2010) kirjoittaa, että jos ehkäisevää päihdetyötä tehdään nuorten tahdissa ja heidän ehdoillaan, se vaikuttaa ennen pitkään nuorten asenteisiin. Nuorten itsensä mielestä totaalisen kieltämisen ja tuomitsemisen sijaan tulisi enemmän keskustella päihteiden käytön syistä, päihteiden haitoista ja tavoista käyttää päihteitä. (Mt., 112.) Ali-Melkkilä (2010) näkee ehkäisevän päihdetyön nuorten kasvattamiseksi yhteiskuntakelpoiseksi nuorten omien oivallusten kautta. Hänen mielestään vain kuuntelun ja keskustelun kautta on mahdollisuus päästä kiinni prosessiin, josta voi kasvaa subjektiivista osallisuuden tunnetta. Ehkäisevän päihdetyön tulisi kuulua jokaisen nuoren kanssa työtä tekevän perusosaamiseen. Työntekijöiden tulee olla valmiita puhumaan päihteistä ja antaa nuorten osallistua keskusteluun. (Mt., 132.)

Hänninen (2013) näkee, että vanhemmat ovat tärkeä ehkäisevän päihdetyön kohde. Vanhempien kielteiset asenteet toimivat nuorille suojaavina tekijöinä ja niihin nuoret voivat nojata myös myöhemmissä elämänvalinnoissa. Perheyhteisössä luodaan pohja nuoren arvopohdinnoille ja asenteille. (Mt., 190.) Myös koulut ovat osa ehkäisevän päihdetyön verkostoa. Koulun päihde-ehkäisy kuuluu koulun tapaan toimia ja se on kaikkea koulutyön ja – ympäristön kehittämistä päihteiltä ja päihdehaitoilta suojaavaksi. Koulun ehkäisevä päihdetyö koostuu muun muassa hyvästä yhteistyöstä kotien kanssa, päihdeopetuksesta ja –kasvatuksesta sekä oppilashuollon moniammatillisesta yhteistyöstä. (Soikkeli & Salasuo & Puuronen & Piispa 2011, 23.)

3.1 Ehkäisevä päihdetyö Kouvolassa

Kouvolan kaupungin ehkäisevän päihdetyön koordinointi on hyvinvointipalveluiden organisaatiossa sijoitettu aikuisväestön palveluihin, aktiivisen elämän vah-

vistamisen ja hyvinvoinnin edistämisen alaisuuteen. Hyvinvointipalveluiden sessiorganisaation mukaan ehkäisevä päihdetyö on jaettu ikäryhmittäin; alle 18-vuotiaat, aikuiset ja ikäihmiset. Jokaisesta ikäryhmästä on valittu päihdeyhdyshenkilö, jotka yhdessä muodostavat osaamistiimin. Osaamistiimin tehtävä on varmistaa, että ehkäisevää päihdetyötä toteutetaan tarpeiden mukaan kaikissa ikäryhmissä ja palveluketjuissa.

Alle 18-vuotiaiden ehkäisevä päihdetyö, sen koordinointi ja toteutus on nuorisopalveluiden alaisen erityispalveluja tuottavan yksikön vastuualueella. Yksikkö on nimeltään Motiimi. Motiimissa työskentelee kaksi ehkäisevän päihdetyöntekijää, kaksi erityisnuorisotyöntekijää, neljä etsivän nuorisotyön työntekijää sekä lähiesimies, nuorisopalveluiden koordinaattori. Motiimin tehtävä on tuottaa kohdennettuja erityispalveluja lapsille, nuorille ja heidän sosiaalisille verkostoilleen. Pyrkimyksenä on vahvistaa nuoren yksilöllistä kykyä kasvaa ja kehittyä. Motiimin tärkeimmät yhteistyökumppanit ovat koulut, lastensuojelu, poliisi, päihdehuolto sekä terveydenhuolto. Toimintaa säätelevät tärkeimmät lait ovat muun muassa nuorisolaki, lastensuojelulaki, alkoholi- ja tupakkalait sekä päihdehuoltolaki. Motiimissa tehtävään ehkäisevään päihdetyöhön kuuluvat asiakastyö, tupakka- ja alkoholikeskustelut, päihdekasvatusoppitunnit kouluissa ja oppilaitoksissa sekä vanhempainillat. Näillä toiminnoilla pyritään vähentämään nuorten päihteiden käyttöä sekä nostamaan päihteidenkäytön kokeiluikää.

Tämän tutkimuksen aineisto on kerätty Elimäen yläkoulusta, joka on yksi Kouvolan kaupungin kahdestatoista yläkoulusta. Se sijaitsee eteläisessä Kouvolas-
sa, Elimäen kirkonkylän koulukeskuksessa. Samassa rakennuksessa toimii myös Elimäen lukio. Yläkoulun oppilasmäärä lukuvuonna 2013 – 2014 on 278 oppilasta. (Kouvolan kaupunki 2013.) Elimäen yläkoululla tupakointi oli näkyvää talvella ja keväällä 2013. Oppilaat rikkoivat tupakkalakia sekä koulun järjestyssääntöjä tupakoimalla koulun pihalla, jopa sisätiloissa. Koulun oppilashuolto-ryhmä toivoi yhteistyötä ehkäisevän työn yksikkö Motiimista. Laadimme yhdessä Elimäen yläkoululle mallin oppilaiden tupakoinnin puuttumiseen kouluaikana. Mikäli oppilas jää kiinni tupakoinnista, haisee tupakalle tai poistuu koulun alueelta, soittaa hän itse kotiin opettajan valvonnassa. Mikäli tupakointi toistuu, oppilas ohjataan ehkäisevän työn yksikköön keskustelemaan asiasta vanhempien kanssa. Jos tämä käytäntö ei saa oppilasta lopettamaan kouluaikana ta-

pahtuvaa tupakointia, tehdään hänestä lastensuojeluilmoitus sosiaalivirastoon sekä yli 15-vuotiaasta rikosilmoitus poliisille. Uudesta mallista tiedotettiin oppilaita ja vanhempia ja se otettiin käyttöön syksyllä 2013. Opettajia on ohjeistettu puuttumaan koulualueelta poistumiseen sekä reagoimaan myös tupakanhajuun. Koulussa tehdään tupakanvastaista työtä päihdekasvatusoppituntien ja tupakanlopettamisryhmien sekä vanhempainiltojen muodossa. Oppilaat osallistuvat myös valtakunnallisiin tupakoimattomuuskilpailuihin.

3.2 Tupakoinnin ehkäisymenetelmiä

2000-luvulla nuorten tupakkakasvatukseen on liittynyt vahvasti informaatioyhteiskunta, internet ja muut mediaviestimet. Kampanjat ja valistusaineisto viehdään paikkoihin ja elämäntilanteisiin, jotka ovat lähellä nuorta. Nuorten kiinnostusta tupakkavalistusta kohtaan pyritään ylläpitämään viestinnällä, joka vastaa tai oletetaan vastaavan nuorten kulutuskäyttäytymistä, arvomaailmaa ja heidän käsitystä itsestään ja muista. Nuoren osallistaminen toimintaan nähdään myös arvopäämääräksi. (Puuronen 2012, 35.)

Päihdekasvatus on laaja-alainen prosessi, jossa kasvatettava nuori kiinnittyy yhteiskuntaan. Nuorilla on oikeus saada tietoa päihteidenkäyttöön liittyen ja heidän tulee ymmärtää päihteiden käyttöön liittyvät sosiaaliset riskit ja toimia vastuullisesti erilaisissa tilanteissa. Viitanen (2010) toivoo perinteisen päihdevalistuksen kehittämistä määrätietoisemmaksi ja kokonaisvaltaisemmaksi niin tavoitteiltaan kuin toimintatavoiltaan. (Mt., 59.) Petri Kylmänen (2005) ohjeistaa nuorten parissa työskenteleviä vahvistamaan niitä tekijöitä, jotka pitävät nuoren päihteettömänä tai siirtävät päihdekokeiluja myöhäisempään ikään. Mitä myöhäisempään vaiheeseen tupakointikokeilu siirtyy, sitä pienempi on todennäköisyys tupakoinnin aloittamiseen. Työntekijöiden on myös tunnettava tupakoinnin kokeiluun, käyttöön ja riippuvuutta ylläpitävät tekijät sekä terveyteen vaikuttavat seikat. (Mt., 50–51.)

Kouvolassa tehdään ehkäisevää päihdetyötä muun muassa kouluissa ja oppilaitoksissa. Nuoret tulevat kohdatuksi ehkäisevän päihdetyön toimesta kuudennella luokalla, kahdeksannella luokalla sekä toisen asteen ensimmäisellä luokalla.

Noin 800 kuudesluokkalaista käy läpi elämyksellisen päihdeputken, jonka tupakkapiste on havahduttava ja ajatuksia herättävä. 8. luokkalaisille ja 2. asteen opiskelijoille tarjotaan kaksi päihdekasvatusoppituntia. Vuorovaikutukseen perustuvilla päihdekasvatusoppitunneilla keskustellaan tupakoinnin haitoista ja riskeistä. Oppitunneilla pohditaan oman mielipiteen tärkeyttä suhteessa tupakkaan ja kavereihin sekä mahdollisuuksia omiin valintoihin. Tavoitteena on sosiaalinen vahvistaminen sekä suojaavien ja riskitekijöiden ymmärryksen lisääminen. Herranen (2010) pitää tärkeänä oppituntien vuorovaikutuksellisuutta, sillä ehkäisevässä päihdetyössä aikuiset ovat kasvattajina myös oppimassa nuorilta. Kasvattajien tulee olla kiinnostuneita nuorten maailmasta ja tutkittava sitä nuorten kanssa. (Mt., 37.)

Yläkoulujen päihdeaiheisia vanhempainiltoja järjestetään Kouvolassa ehkäisevän päihdetyön toimesta vuosittain yläkouluilla. Lisäksi kuudesluokkalaisten vanhemmat käyvät läpi päihdeputken. Vanhempainillat ovat hyvä keino tavoittaa mahdollisimman moni vanhempi kuulemaan ajantasaista tietoa paikallisesta päihdetilanteesta sekä vanhempien vastuusta ja tärkeydestä päihdekasvattajana. Sekä vanhemmille että oppilaille tiedotetaan Motiimin mahdollisuudesta auttaa ja opastaa päihdeasioissa sekä antaa tarvittaessa yksilöllistä tukea. Viitanen (2010) on sitä mieltä, että juuri tuen tarjoaminen puuttumisen yhteydessä on olennaista ja mahdollistaa ratkaisun nuorten päihteiden käyttöön liittyen. Hänen mielestään pelkkä puuttuminen voi aiheuttaa nuorille vastarintaa päihdetyöntekijää kohtaan ja synnyttää välinpitämättömyyttä asiaa kohtaan. (Mt., 61,62.)

Päihdeputki, päihdekasvatusoppitunnit sekä vanhempainillat ovat osa myös Elimäen yläkoululla tehtävää ehkäisevää päihdetyötä. Näiden lisäksi Motiimissa järjestettävät tupakkakeskustelut ovat uusi käytäntö ja koskevat toistaiseksi ainoastaan Elimäen yläkoulun ohjaamia oppilaita. Oppilas tulee sovitulla ajalla Motiimin tapaamaan ehkäisevän päihdetyöntekijää yhdessä vanhemman tai huoltajan kanssa. Keskustelussa täytetään nuoren elämäntilanteenkartoituslomake ja keskustellaan tupakasta sekä tupakoinnista. Tapaamisessa pohditaan tupakoinnin haittoja ja hyötyjä sekä kotoa tulevia motivaatioita tupakoimattomuuteen. Myös vanhempien tupakoinnista ja heidän esimerkkinä olemisesta keskustellaan. Keskustelussa käydään läpi tupakkalakia sekä koulun järjestys sääntöjä tupakoinnin osalta. Kohtaamisen onnistuttua on päästy tavoitteeseen,

jossa nuori ja perhe välttyy Elimäen yläkoulun seuraavasta sanktiosta eli lastensuojeluilmoituksesta ja yli 15-vuotiaiden kohdalla rikosilmoituksesta.

Ackerman (1991) kirjoittaa perheen kesken vietetyn yhteisen ajan tärkeydestä. Myös avoin keskustelu kodin asioista on merkityksellistä. Puhuminen, tiedon ja tunteiden jakaminen toisten perheenjäsenten kesken, on selviytymistä edesauttavaa strategiaa. Työntekijän tehtävä on auttaa perhettä löytämään sisäinen yhteys, yhteinen kieli puhua asioista sekä uskallusta siihen. (Mt., 25.) Asiakastyön tavoitteena on auttaa vanhempia ymmärtämään ja ratkaisemaan vanhemmuuden pulmakohdita. Tukemisen mahdollisuudet ovat suurimmillaan silloin, kun vanhempi kokee jonkin asian ongelmalliseksi ja kykenee puhumaan asiasta (Kalland & Sinkkonen 2003, 226.) Asiakkaiden tulee kokea itsensä arvokkaiksi ja hyväksytyiksi, jotta he parhaiten ottaisivat apua vastaan. Koska asiakastyössä ovat läsnä asiakkaan pelon, syyllisyyden ja häpeän tunteet, ovat lämmin, kuunteleva ja paneutuva suhtautuminen auttamishalun perusta. (Helminen 2006,128.)

4 AINEISTON KERUU

Tutkimuksen tavoitteena on antaa Kouvolan kaupungin ehkäisevälle päihdetyölle ja sitä kautta nuorten vanhemmille työkaluja nuorten tupakoinnin vähentämiseksi. Tutkimuksessa etsitään vastauksia kysymyksiin: miten vanhempien kannattaa suhtautua nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista ja voiko jotakin tehdä jo ennen kiinnijäämistä ja omalla toiminnallaan ehkäistä alaikäisen tupakkakokeilua. Aihe nousi työelämän tarpeesta. Tutkimustulokset otetaan käyttöön sekä nuorten tupakkakeskusteluissa, että vanhempainiloissa.

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat Kouvolan kaupungin, Elimäen yläkoulun 8.-luokan oppilaat sekä heidän vanhemmat. Kohderyhmän valinta perustuu Elimäen yläkoulun ja Kouvolan kaupungin ehkäisevän päihdetyön yhteistyöhön, tavoitteena tupakoinnin väheneminen kouluaikana. Lisäksi pidin syksyllä 2013 aiheeseen liittyen vanhempainillan 8.luokkalaisten vanhemmille ja päihdekasvatustopittunteja 8.luokkalaisille oppilaille. Sain kyselylomakkeet kerättyä itse pai-

kan päältä ja näin saavutin mahdollisimman korkean vastausprosentin. 8.-luokkalaista on Elimäen yläkoululla 98, joista kyselyyn vastasi 82 oppilasta. Vanhempia tavoitin 52.

Nuorten ja vanhempien näkökulman lisäksi halusin ammatillisen näkökulman kouluyhteisön sisältä. Koulun aikuiset ovat tärkeitä ehkäisevän päihdetyön yhteistyökumppaneita, sillä he kohtaavat oppilaita päivittäin ja puuttuvat oppilaiden tupakointiin kouluaikana. Toteutin teemahaastattelun Elimäen yläkoulun terveydenhoitajalle, kuraattorille sekä koulunuorisotyöntekijälle kyseisten ammattiryhmien ollessa olennainen linkki nuorten koteihin myös tupakoinnin osalta. Koulu-terveydenhoitaja huolehtii oppilaiden terveydestä ja terveystarkastuksista. Koulukuraattori auttaa oppilaita esimerkiksi seuraavissa asioissa: kouluhaluttomuus, poissaolot, heikko koulumenestys, keskittymisvaikeudet, päihdeongelmat sekä ristiriidat kotona tai kavereiden kesken. Koulunuorisotyöntekijä kohtaa nuoria muun muassa välitunneilla, teemapäivissä, ryhmäytymisessä sekä vapaa-ajalla. Kaikki kyseiset aikuiset olivat mukana pohtimassa tupakoinnin puuttumismallia Elimäen yläkoululle.

Syksyllä 2013 aloitin pureutumalla tutkimusongelmiini. Olin yhteydessä ohjaavaan opettajaan, tein opinnäytetyön suunnitelman ja laadin kyselylomakkeet koululle. Loppuvuodesta 2013 analysoin tutkimustuloksia sekä hahmottelin teoreettista viitekehystä. Tavoite on saada tutkimusaineisto analysoitua ja kirjallisesti raportoitua maaliskuuhun 2014 mennessä.

4.1 Tutkimusongelmat

Tässä luvussa kuvaan tutkimusongelmia, joita on yhteensä viisi. Pääongelma määrittää koko tutkimuksen kulkua ja pitää sisällään keskeisimmät käsitteet. Tutkimuksen alaongelmat ovat niitä asioita, joita halusin myös kysyä kohderyhmiltäni saavuttaakseni vastauksia pääongelmaan. Tutkimusongelmien selkiydyttyä päätin rajata aiheen koskemaan pelkästään tupakointia yhden yläkoulun yhden vuosiluokan näkökulmasta käsin. Kaikki tutkimusongelmat on otettu huomioon tehdessäni kyselylomakkeita oppilaille ja vanhemmille sekä teemahaastattelun tukilistaa koulun aikuisille. Ohessa tutkimusongelmat lueteltuna.

Pääongelma

1. Onko vanhemmilla mahdollisuuksia vaikuttaa nuorten tupakointiin?

Alaongelmat

1. Millaisia toimintatapoja perheissä on, nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista?
2. Miten vanhemmat voivat motivoida lasta olemaan polttamatta?
3. Onko vanhempien tupakoinnilla merkitystä nuorille?
4. Millaiseksi koetaan Elimäen yläkoulun tapa puuttua oppilaiden tupakointiin kouluaikana?

4.2 Tutkimusmenetelmät

Tutkimus oli luonteeltaan laadullinen eli kvalitatiivinen. Kvalitatiivista tutkimusmenetelmää hyödynnetään, kun kiinnostuksen kohde on ilmiö, ei niinkään yleisyys. Koska kysymys on empiirisen ilmiön tutkimisesta, on laadullisia menetelmiä pidettävä työkaluina ja korostettava kohdeilmiön käsitteellisen pohdinnan merkitystä. (Eskola & Suoranta 1998, 14-15.)

Tutkimuksen tiedonkeruumenetelmänä käytin kyselylomakkeita, jotka sisälsivät avoimia kysymyksiä. Kyseessä oli puolistrukturoitu haastattelu, jossa kysymykset ovat kaikille samat, mutta vastaaja saa vastata omin sanoin, eikä valmiita vastausvaihtoehtoja käytetä. Koulun oppilashuoltoryhmän jäsenille toteutin haastattelun teemahaastatteluna, joka sisälsi samoja teemoja kuin vanhemmille ja oppilaille suunnatuissa kyselylomakkeissa. Teemahaastattelussa aihepiirit ovat etukäteen määritetty. Haastattelijalla on tukilista käytössään, muttei valmiita kysymyksiä. (Eskola & Suoranta 1998, 87.) Avoimista kysymyksistä johtuen tutkimus on laadullinen eli kvalitatiivinen, huolimatta suuresta määrästä vastauksia. Juuri kohdejoukon suuresta määrästä johtuen valitsin kyselylomakkeet. Tutkimukseni perustuu erilaisiin perheen toimintatapoihin, joihin välttämättä tarvitsin avoimia kysymyksiä.

Tutkimusta varten laadin kaksi erilaista kyselylomaketta (liite 1 ja 2), vanhemmille ja oppilaille. Molemmissa kyselylomakkeissa oli samansuuntaiset kysymykset, kohdejoukko huomioon ottaen. Kyselylomakkeiden avulla halusin karottaa vastauksia tutkimusongelmaani mahdollisimman monesta eri näkökulmasta. Kyselylomakkeita laatiessa otin huomioon muun muassa kysymysten määrän, ymmärrettävyyden ja selkeyden. Testasin kyselylomakkeet ennen tutkimuksen varsinaista toteuttamista, mahdollisten ongelmakohtien löytämiseksi ja korjaamiseksi. Testiryhmänä toimivat vanhempien osalta työyhteisöni jäsenet, jotka ovat itsekin vanhempia, ja nuorten osalta kolme asiakasnuorta Motiimista. Testi osoitti kyselylomakkeet toimiviksi. Yritin välttää abstraktit käsitteet, monimutkaiset ilmaisut ja sen, etteivät kysymykset ole johdattelevia. Kyselylomakkeita täyttäessä kohdejoukolta ei tullut lomakkeisiin liittyviä tarkentavia kysymyksiä eikä vastauksissa ilmennyt kysymysten aiheuttamia epäselvyyksiä.

Koulun aikuisille laadin teemahaastattelua varten tukilistan (liite 3), jossa esiintyy samat aiheet kuin kyselylomakkeissakin. Koulun aikuisilla tarkoitan terveydenhoitajaa, koulukuraattoria sekä koulunuorisotyöntekijää. Kaikilta ryhmiltä kysyin myös avoimia kysymyksiä, jotka käsittelin sisällön analyysillä. Vastauksista etsin yhteneväisiä teemoja ja tekijöitä. Vastauksia sain yhteensä 137, mikä on laadullisen tutkimuksen aineistoksi paljon. Toteutin kyselyn kontrolloituna ja informoituna, sillä menin itse tutkimuspaikalle, jaoin lomakkeet, vastailin mahdollisiin kysymyksiin sekä pystyin kertomaan tutkimuksen tavoitteista. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2013, 196–197.)

4.3 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkastella validiteetin ja reliabiliteetin kautta. Validiteetilla tarkoitetaan tutkimuksen pätevyyttä, ja se voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen validiteettiin. Ulkoinen validiteetti tarkoittaa mittauksen yleistettävyyttä ja sisäinen validiteetti sisällön validiutta, eli mitataanko tutkimuksessa sitä, mitä oli tarkoitus mitata. Reliabiliteetti tarkoittaa tutkimuksen toistettavuutta. Reliabiliteetti tarkoittaa tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia, eli sitä, millaisia tuloksia saataisiin, jos ilmiötä mitataan monta kertaa

samalla mittarilla. Tulos olisi reliaabeli, mikäli vastaukset olisivat samanlaisia. (Hirsjärvi ym. 2013, 231-232; Metsämuuronen 2006, 55, 64-65.)

Saavuttaakseni laadukkaan tutkimuksen pyrin varmistamaan tutkimuksen validiteetin suunnittelemalla kyselylomakkeet niin, että ne kattaisivat tutkimusongelmat mahdollisimman hyvin. Testasin kyselylomakkeet ennen niiden jakamista nuorille ja vanhemmille. Lomakkeet täytettiin anonymisti ja korostettiin aineiston luottamuksellista käsittelyä. Yksittäistä vastaajaa ei pysty aineistosta tunnistamaan. Laadullisen tutkimuksen näkökulmasta vastauksia oli paljon. Laadullisessa tutkimuksessa aineiston määrää tärkeämpää on selittää ilmiötä. Olenaista on laatu, sillä laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin. Suuri aineisto kuitenkin edesauttoi yleistettävyyttä ja ilmiön selittämistä Elimäen yläkoululla ja sitä kautta myös validiteetin toteutumista.

Luotettavuusvirheitä voi inhimillisesti sattua kaikissa tutkimuksen vaiheissa, myös toistettavuuden näkökulmasta. Tulokset olisivat voineet olla toisenlaisia mitattuna joltakin toiselta paikkakunnalta, toiselta yläkoululta tai toisena aikakautena. Uskon kuitenkin, etteivät tämän tutkimuksen tulokset ole sattumanvaraisia, sillä kohdejoukko oli tarkoin määritelty ja aineiston koko kattava. Pyrin huolellisuuteen aineistoa kerätessä, käsiteltäessä ja tuloksia analysoidessa. Itselleni oli tärkeää tutkia aineistoa objektiivisesti, ja tutkimalla vastauksia siten, että se palvelee parhaiten teoreettista viitekehystä.

Uskon, että vanhemmat keskittyivät vastaamaan omiin kysymyksiinsä paneutuen niihin ja olemalla rehellisiä. Sen sijaan oppilaiden rehellisiin vastauksiin suhtaudun varauksella. Ainakin kysymyksiin: Oletko kokeillut tupakkaa tai poltatko säännöllisesti. Kyse on kuitenkin tupakasta, kielletystä aineesta. Vaikka lomake täytettiin nimettömänä, joku nuori on silti voinut arastella omasta perheestä tai omasta tupakoinnista kirjoittamista. Toinen nuori voi taas laittaa kokeneensa enemmän, mitä oikeasti onkaan tai kolmas voi pilke silmäkulmassa kirjoittaa lähes mitä sattuu. Kyselylomakkeen muodossa toteutettuun tutkimukseen ei voi enää palata jälkeenpäin vastaajan kanssa, eikä tehdä tarkentavia kysymyksiä, joka voi vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Tutkimusaineisto

on vain omassa käytössäni. Hävitän kerätyn aineiston opinnäytetyön valmistuttua.

5 AINEISTON ANALYYSI

Tässä osiossa esittelen tutkimuksen tuloksia siten, että ensin käsittelen oppilaiden kyselyn tuloksia kustakin kysytystä aihealueesta, sitten vanhempien ja lopuksi koulun aikuisten ajatuksia. Ensin kartoitin kahdeksasluokkalaisten oppilaiden tupakoinnin yleisyyttä. Pyysin kaikkia ryhmiä kertomaan hyviä ja huonoja tapoja puuttua nuorten tupakointiin sekä pohtimaan motivoivia keinoja ennalta ehkäisemään nuorten tupakanpolttoa. Kysyin kaikilta ryhmiltä mielipidettä vanhempien tupakoimisen merkityksestä nuorten tupakointiin sekä Elimäen yläkoulun tavasta puuttua oppilaiden tupakointiin kouluaikana. Kyselyyn vastasi yhteensä 52 vanhempaa, joista äitejä oli 34, isiä 15 ja muita huoltajia 4. Oppilaista kyselyyn vastasi 82, joista tyttöjä oli 39 ja poikia 43.

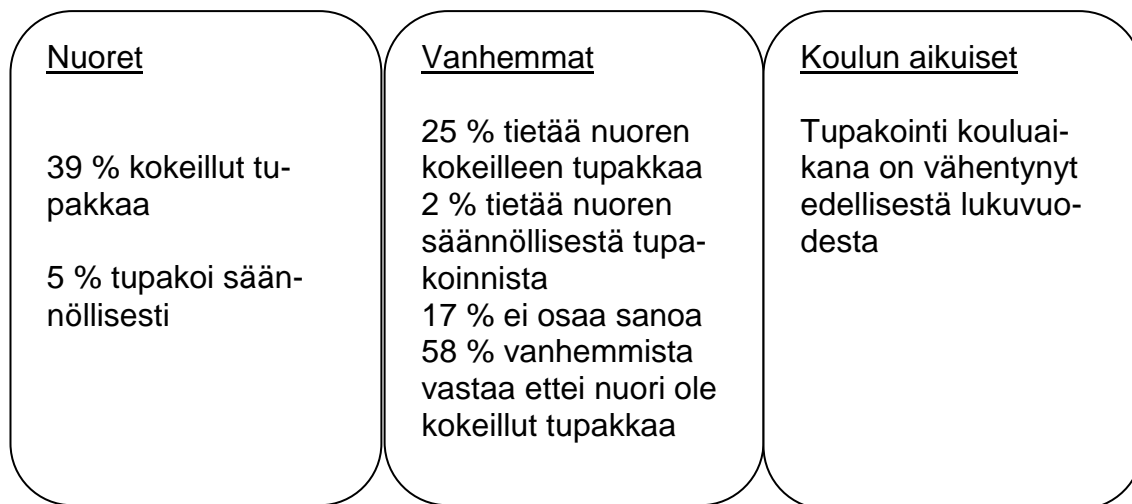
5.1 Kahdeksasluokkalaisten tupakointi Elimäen yläkoululla

Kyselyyn vastanneista yläkoulun kahdeksasluokkalaisista oppilaista 32 kertoo kokeilleensa tupakanpolttoa ja neljä nuorta kertoo polttavansa säännöllisesti. Yhteensä siis 36 nuorta tietää, miltä tupakka maistuu. Yhdeksän oppilasta kertoo jääneensä kiinni tupakanpoltosta kotona tai kertoneensa itse asiasta vanhemmilleen. Suurin osa nuorista epäilee, etteivät vanhemmat tiedä heidän tupakoinnistaan, kaksi nuorta ei ole ihan varmoja asiasta.

Kyselyyn vastanneista vanhemmista yksi tietää oman nuoren tupakoivan säännöllisesti ja 13 vanhempaa tietää nuoren kokeilleen tupakkaa. Yli puolet vanhemmista vastaa, ettei heidän lapsi tupakoi tai ole kokeillut tupakkaa, yhdeksän ei osaa sanoa.

Kuraattorin mielestä kahdeksasluokkalaiset eivät polta tupakkaa yhtä paljon, kuin saman koulun yhdeksäsluokkalaiset, eivätkä tee sitä yhtä ”röyhkeästi”

opettajien nähden. Koulualueelta poistumisia on kirjattu tasaisesti jokaiselta kahdeksannelta luokalta. Koulualueelta poistumiset voidaan tulkita tupakoinniksi kouluaikana. Terveystieteiden opettaja on samaa mieltä. Hänen mielestään tupakointia tapahtuu kouluaikana, mutta enemmän koulualueen ulkopuolella. Koulunuorisotyöntekijän tekemän havainnon perusteella tupakointi kouluaikana on vähentynyt. Kuviossa 1 on havainnollistettu kahdeksasluokkalaisten nuorten tupakointia Elimäellä.



KUVIO 1. Kahdeksasluokkalaisten tupakointi Elimäen yläkoululla

5.2 Toimintatavat perheissä nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista

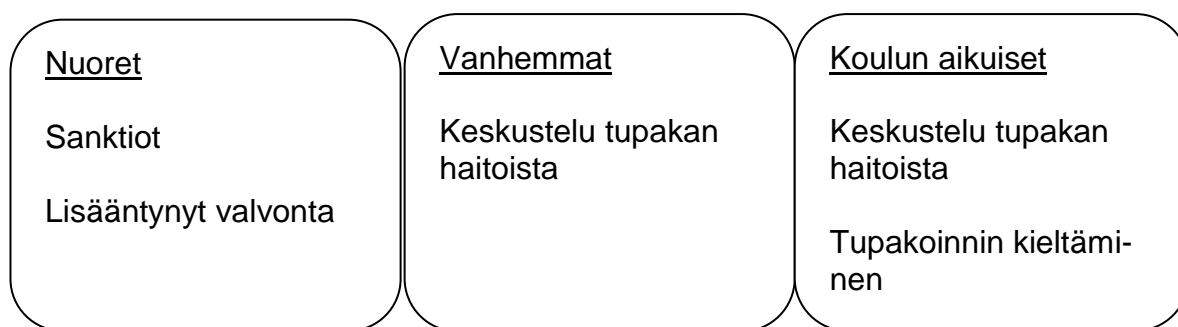
"Saisin huudot ja kuukauden kotiarestin, hamsteri pitäisi antaa pois ja lävistyksen otettaisiin pois". (8. luokkalainen tyttö)

Nuoret joko tietävät tai osaavat valmiiksi ajatella, ettei heidän kotona ilahduta, jos he jäävät kiinni tupakoinnista. Lähes kaikki ovat sitä mieltä, että seuraamuksia tulee. Vanhempien tiedetään tai oletetaan antavan sanktioita. Sanktiot pitävät sisällään kotiarestin, pelikiellon tai puhelimen ja koneen pois ottamisen. Muutama nuori epäilee tällaisessa tilanteessa valvonnan lisääntyvän, muutama on varma selkäsaunasta. Yksi nuori kertoo, että tupakointi hyväksytään kotona ja seitsemän oppilaan mielestä kotona ei suhtauduttaisi asiaan mitenkään.

Vanhemmat uskovat keskusteluun tilanteessa, jossa nuori jää kiinni tupakoinnista. Suurin osa vastaa, että keskustelee tupakoinnin haitoista ja vaaroista nuoren kanssa. Osa vanhemmista oli eritellyt haitat keuhkosityövaksi ja pituuskasvuksi. Toimintatapoja kysyttäessä toiseksi eniten vastauksia sai puhuttelu.

Välinpitämättömyys ja huutaminen ovat tapoja miten vanhempien ei kannata suhtautua nuoren tupakointiin. Näin vastasivat sekä nuoret, että vanhemmat. Vanhempien mielestä myöskään väkivalta ei ole toimiva käytäntö nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista.

Kuraattori suosittelee vanhemmille keskustelua nuoren kanssa, yhteistyötä koulun kanssa, käyntiä ehkäisevän työn yksikkö Motiimissa sekä kontrolloimaan lasta. Terveystieteiden mielestä vanhempien tulee tehdä selväksi nuorelle, ettei hyväksy tupakointia. Hänen mielestään vanhemmat voivat kertoa nuorelle huolensa tupakan aiheuttamista haitteista ja tarvittaessa asettaa sanktio lapselle, esimerkiksi kotiaresti. Koulun aikuisen mielestä vanhemmilla ovat kaikki keinot käytössään. Hän muistuttaa johdonmukaisuuden tärkeydestä ja siitä, että rikosta seuraa rangaistus. Kaikki koulun aikuiset olivat sitä mieltä, etteivät huutaminen ja saarnaaminen ole hyviä ja toimivia käytäntöjä. Kuviossa 2 on selkiytetty eri tutkimuksen kohderyhmien vastaukset liittyen perheiden toimintatapoihin nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista.



KUVIO 2. Toimintatavat perheissä nuorten jäädessä kiinni tupakoinnista.

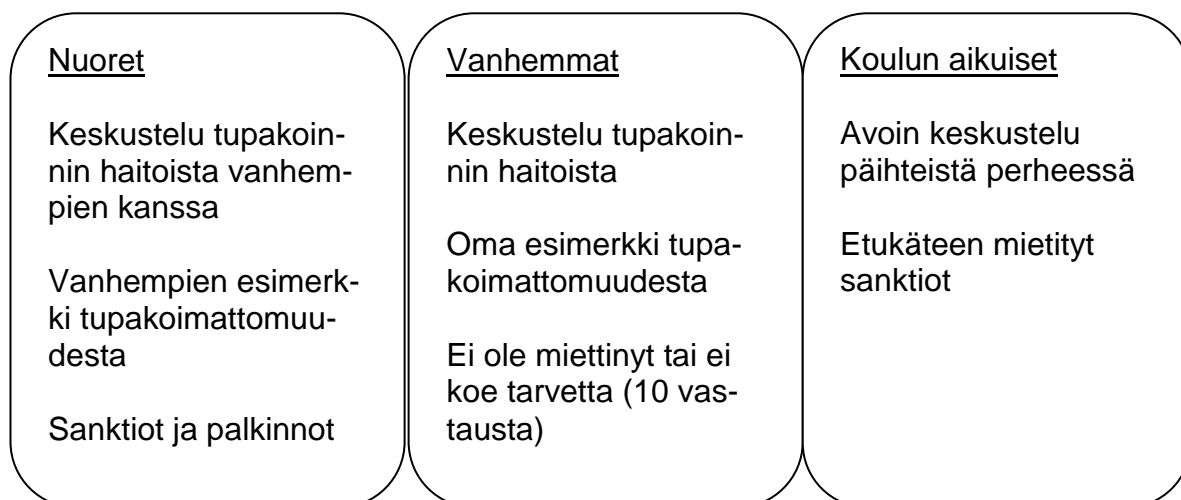
5.3 Ennaltaehkäisevät toimenpiteet perheissä

Nuoret toivovat keskustelua tupakoinnin vaaroista vanhempien kanssa. He toivovat myös vanhempien itse näyttävän esimerkkiä ja olemaan tupakoimatta.

Nuoret pitivät yhtä hyvänä sanktioita (7 vastausta), kuin palkintoa (8 vastausta) kodin keinona ennaltaehkäistä tupakointia. Sanktiot tarkoittavat kotiaarestia, pelikieltoa tai puhelimen sekä koneen pois ottamista. Palkinnoksi ehdotettiin rahaa, mopokorttia tai jonkin toiveen toteuttamista.

Suurin osa vanhemmista vastasi kysymykseen samalla tavalla kuin nuoret, keskustelu tupakoinnin vaaroista olisi parasta nuorten tupakoinnin ennalta ehkäisyä. Samoin kuin nuoret, vanhemmat nostivat nuorten tavoin yhdeksi tärkeimmäksi asiaksi oman esimerkin tupakoimattomuudesta. Yhteensä kymmenen vanhempaa eivät ole miettineet motivointikeinoja etukäteen tai eivät koe tarvetta siihen.

Kuraattori suosittelee vanhempien ja lasten välille avointa keskustelua päihteistä, jo alakouluikäisenä. Hän korostaa koko perheen yhdessä vietetyn ajan tärkeyttä ja vanhempien tietoisuutta nuorten kaveripiiristä ja vapaa-ajanviettotavasta. Terveystieteistä on tärkeää, että perhe miettii yhdessä etukäteen sanktiot, jos nuori jää kiinni tupakoinnista. Tämä toimisi ennalta ehkäisevänä toimenpiteenä, ajattelee terveydenhoitaja. Koulunuorisotyöntekijä arvostaa avointa keskustelua nuoren ja vanhemman välillä. Hän on sitä mieltä, että salailu, piilottelu ja välttely tekevät kielletystä mielenkiintoista. Kuvio 3 helpottaa jäsentämään kyselylomakkeen vastauksia perheiden ennaltaehkäisevistä toiminnoista.



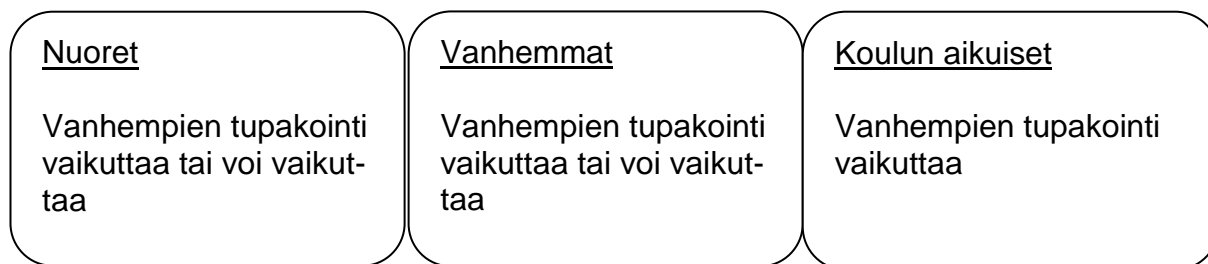
KUVIO 3. Ennaltaehkäisevät toimenpiteet perheissä.

5.4 Vanhempien tupakointi ja esimerkkinä oleminen

Nuorten mielestä vanhempien tupakointi vaikuttaa tai voi vaikuttaa nuorten tupakoinnin aloittamiseen. Vain kymmenen nuorta oli sitä mieltä, ettei vanhempien tupakoinnilla ole merkitystä heidän lapsensa tupakointiin tai tupakoinnin aloittamiseen. 39 nuorta kertoo ainakin toisen vanhemman polttavan tupakkaa.

Kyselyyn vastanneista vanhemmista kahdeksan kertoo itse polttavansa tupakkaa. Lähes kaikki vanhemmat olivat sitä mieltä, että vanhempien tupakointi vaikuttaa tai voi vaikuttaa nuorten tupakanpolton aloittamiseen.

Kaikki kolme koulun aikuista ovat sitä mieltä, että vanhempien tupakointi vaikuttaa nuoren tupakointiin tai sen aloittamiseen. Terveystieteiden opettaja lisää vielä, että vanhempien tupakanpolto voi olla nuorelle viesti tupakoinnin sallimisesta. Koulunuorisotyöntekijä toivoo, että tupakoivat vanhemmat kertoisivat erityisesti nuorille riippuvuuksista ja tupakoinnin haitoista ja siitä, kuinka ”tyhmiä” he itse ovat tupakoidessaan. Kuviossa 4 havainnollistetaan kuinka tärkeänä vanhempien esimerkkiä pidetään eri kohderyhmien mielestä.



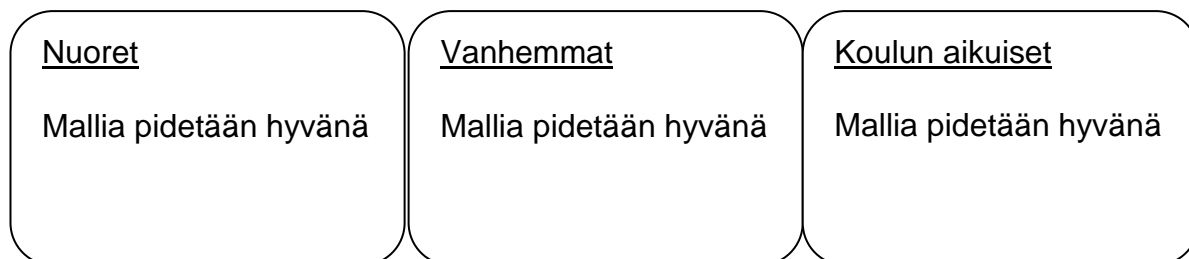
KUVIO 4. Vanhempien tupakoinnin vaikutus nuoren tupakoinnin aloittamiseen.

5.5. Mielenpitoja Elimäen yläkoulun mallista puuttua oppilaiden tupakointiin kouluaihana

Elimäen yläkoulun malli puuttua oppilaiden tupakanpoltoon kouluaihana koetaan hyvänä. Tätä mieltä ovat suurin osa nuorista ja kaikki vanhemmat. Kyselylomakkeiden vastauksista nousi esiin niin nuorten, kuin vanhempienkin kohdalla

lisäkommentit: ”hyvä, mutta rikosilmoitus on liikaa” ja ” hyvä, voisi olla vielä tiukempi” sekä ”hyvä, mutta valvontaa koululla pitää lisätä”.

Kaikki kolme koulun aikuista pitivät mallia hyvänä, mutta toivovat opettajilta lisää puuttumista ja seurantaakin sekä puuttua napakasti myös koulualueelta poistumiseen. Yksimieliset vastaukset ovat kuviossa 5.



KUVIO 5. Mielenkiintoja Elimäen yläkoulun mallista puuttua oppilaiden tupakointiin koulu-aikana.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, onko vanhemmilla mahdollisuuksia puuttua oman lapsensa tupakointiin. Tarkoitus oli myös kerätä hyviä ja toimivia käytäntöjä vanhemmille, nuorten tupakoinnin ennaltaehkäisemiseksi. Vastauksissa oli paljon hajontaa, joka kertoo sen, että jokainen perhe on erilainen. Eräs Elimäen koulun 8.luokkalainen tyttö kiteyttää omassa vastauksessaan koko opinnäytetyön idean. Kysyttäessä mielipidettä Elimäen yläkoulun tavasta puuttua tupakointiin koulu-aikana, hän vastasi: ” Se on hyvä, mutta useimpien vanhemmat ei välitä, että lapsi tupakoi. Joten vaikka koulu yrittäisi mitä tahansa yhteistyö ei voi toimia. Sellaisilla, joilla vanhemmat välittää, tapa toimii todella hyvin.”

Elimäen yläkoulun terveydenhoitaja, kuraattori sekä koulunuorisotyöntekijä arvioivat nuorten tupakoinnin vähentyneen koulu-aikana. Myös kouluterveyskyselyn mukaan tupakointi on vähentynyt nuorten keskuudessa. Kuitenkin 8. –

9.-luokkalaisista kymenlaaksolaisista nuorista tupakoi päivittäin 15 %. Koska tupakka on terveydelle vaarallista ja laissa kiellettyä ja koska vanhempien tehtävä on suojata lasta vaaroilta, on heidän puututtava myös nuorten tupakointiin.

Kysyttäessä vanhempien tietoutta oman lapsensa tupakoinnista tai tupakoinnin kokeilusta, he tuntuivat tietävän asiasta. Yli puolet oli valmiita vastaamaan, ettei nuori ole tupakoinut. Ainoastaan yhdeksän ei osannut varmasti sanoa, onko kokeilua tapahtunut. Voidaan ajatella, että näissä tapauksissa vanhemmat eivät sinisilmäisesti usko, ettei kokeilua olisi voinut tapahtua. Mutta he eivät ole myöskään todenneet asiaa tyypillisimmillä merkeillä, joita on esimerkiksi tupakan haju. Voidaan todeta myös, että tupakoinnin salaaminen vanhemmilta on helppoa, sillä suurin osa nuorista kertoo etteivät vanhemmat tiedä heidän tupakoinnistaan. Jotta vanhemmilla on mahdollisuus puuttua tupakointiin, on tärkeää että vanhemmat saavat tietoonsa nuoren tupakoinnin (Rainio, Sihvola & Rimpe- lä 2008, 34).

Kysyttäessä hyviä toimintatapoja perheessä nuoren jäädessä kiinni tupakoinnis- ta vastasivat nuoret itse sanktiot eli kotiaresti tai pelikielto. Tämän perusteella voidaan tulkita nuorten toivovan, että tupakointiin puututaan. Kuten Hara ym. kirjoittaa, tulee aikuisten puuttua nuorten tupakointiin eikä suhtautua siihen hyväksyvästi tai välinpitämättömästi. Sinkkonen (2010) vahvistaa, että nuoret tarvitsevat aikuisen tukea ja lujaa vastusta (mt., 50.) Kahdeksan nuorta kertoo, että kotona hyväksytään tupakointi tai ei reagoida siihen mitenkään. Tämä on ristiriidassa siihen, mitä lastensuojelulaissa sanotaan, eli ”lapsen vanhemman tulee turvata lapselle tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi”. Lisäksi vanhemmat toiminnallaan altistavat nuoret riippuvuudelle, sekä tupakkahaittojen synnylle (Puuronen 2012, 113–114). Tutkimusten mukaan nuoret itse toivovat vanhempien puuttumista heidän tupakointiin (Hara ym., 15.)

Vanhempien mielestä paras toimintatapa nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista on keskustelu. He keskustelevat tupakoinnin haitoista ja vaaroista nuoren kans- sa. Myös koulun aikuiset kehottavat vanhempia keskustelemaan nuoren kans- sa. Ajattelen, että vuorovaikutteinen keskustelu on juuri sitä yhteyden luomista omaan nuoreen, jota nuoret itse kaipaavat. Nuori voi luottaa läheiseen ihmiseen ja saa häneltä parasta apua ja tukea. (Salomäki & Tuisku 2012, 32.) Kylmänen

(2005) on avoimen keskustelun kannalla ja toivoo, että keskustelu käydään nuoren itsetuntoa tukevana korostaen vastuuta itsestä ja lähimmistä. Tähän keskusteluun tarvitaan aikuiselta keskustelijalta selkeä oma näkemys asioista ja kykyä kuunnella. (Mt., 28).

Huonoja toimintatapoja kysyttäessä kartoitin miten ei kannata toimia nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista. Tulokseksi sain samansuuntaiset vastaukset kaikilta kohderyhmiltä. Vastaajat eivät pidä hyvänä asiana huutamista, välinpitämättömyyttä tai väkivaltaa. Tätä tutkimustulosta voidaan hyödyntää vanhempien kanssa tehtävässä työssä kertomalla heille, etteivät nämä toimintatavat tuota tulosta nuorten tupakoinnin ehkäisyssä.

Ehkäisevän päihdetyön sekä tämän tutkimustyön näkökulmista kysymys perheen ennaltaehkäisevistä toimista oli kaikista merkittävin. Mitä kotona voi tehdä jo ennen tupakoinnista kiinni jäämistä? Osa nuorista toivoo tässäkin tapauksessa keskustelua tupakoinnin vaaroista vanhempien kanssa. He toivovat myös etukäteen tietoa mahdollisesta palkinnosta tai vastaavasti sanktiosta. Suurin osa vanhemmista on käyttänyt motivointikeinona keskustelua nuoren kanssa tupakoinnin vaaroista. Tämä vanhempien vastaus, sekä niiden nuorten vastaus, jotka toivovat keskustelua on ristiriidassa siihen teorian tietoon, etteivät nuoret välitä tupakoinnin terveyshaitoista. Vierolan (2005) mielestä yksi merkittävimmistä tupakoinnin aloittamisen riskeistä on se, etteivät nuoret pelkää, eivätkä koe ajankohtaiseksi tupakoinnista aiheutuvia terveysriskejä tai terveyshaittoja (mt., 39.)

Kymmenen vanhempaa ei ole pohtinut etukäteen motivointikeinoja tai he eivät koe tarvetta siihen. Tämä ei vastaa nuorten tarpeeseen, sillä yksikään nuori ei vastannut tätä kysyttäessä ”ei mitään” tai ”ei ole tarvetta”. Vanhempien ja kasvattajien välinpitämättömyys voi vaikuttaa sallivuudelta ja nuorten ymmärtämiseltä, mutta tarkemmin katsottuna kyse on nuorten jättämisestä oman onnensa nojaan. (Sinkkonen 2010, 86). Tutkimuksen pohjalta voidaan siis todeta, että jos nuorella on jotakin odotettavaa tai menetettävää, hän valitsee mielummin tupakoimattomuuden. Tulkitsen, että on ylipäättään merkityksellistä pohtia motivointikeinoja etukäteen, eikä pelkästään keskustelu tupakoinnin vaaroista ole välttämättä riittävää. Koulun aikuisten ajatukset tukevat omia tulkintojani.

Vastaukset olivat kaikilla kohderyhmillä samansuuntaisia kysyttäessä vanhempien tupakoinnin merkityksestä nuorelle. Suurin osa nuorista ja vanhemmista sekä kaikki koulun aikuiset ovat sitä mieltä, että vanhempien tupakoinnilla on merkitystä nuorten tupakointiin tai tupakoinnin aloittamiseen. Tutkijat ovat samaa mieltä ja voidaankin todeta, että yksi vanhempien mahdollisuus vaikuttaa oman nuoren tupakoinnin aloittamiseen, on olla itse tupakoimatta. Vierolan (2005) mukaan riski alkaa tupakoimaan on kaksinkertainen, mikäli isä tai äiti tupakoi (mt., 32.). Myös Suomen syöpäyhdistyksen teettämän tutkimuksen mukaan vanhempien tupakointi on yksi riskitekijä nuorten tupakoinnille sekä nuorten tupakoimisen yksi mahdollistava tekijä (Salomäki 2007).

Yksimielisiä oltiin myös Elimäen yläkoulun mallista puuttua oppilaiden tupakointiin kouluaikana. Malli koettiin hyvänä tutkimuksen kohdejoukkojen keskuudessa. Malli pitää sisällään koulun, kodin ja ehkäisevän päihdetyön yhteistyön. Soikkelin ym. (2011) mielestä koulun tehtävä on suojata koulutyötä ja ympäristöä päihteiltä ja päihdehaitoilta suojaavaksi. Heidän mielestään koulun ehkäisevä päihdetyö koostuu hyvästä yhteistyöstä kotien kanssa, päihdekasvatuksesta sekä oppilashuollon moniammatillisesta yhteistyöstä. Nämä elementit toteutuvat Elimäen yläkoulussa. Elimäen mallin tärkeyttä puoltaa myös Hännisen (2013) ajatus yhdestä ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta, jossa perheitä ohjataan hakemaan apua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Silloin ongelmat eivät kasaannu eivätkä asiat murrosikäisen kanssa päädy umpikujaan. (Hänninen 2013, 189.)

Tutkimus vahvisti sen, että vanhemmilla on mahdollisuuksia vaikuttaa nuorten tupakointiin. Mitä nuorempana tupakointi aloitetaan, sen vaarallisempaa se on kasvavalle nuorelle. Vanhempien velvoite ja haaste on ehkäistä tupakkakokeiluja sekä puuttua aktiivisesti nuorten tupakointiin. Voi olla, että vanhemmat tarvitsevat apua ja tukea ymmärtääkseen oman mahdollisuutensa. Nuoren elämässä on ainakin kaksi kohtaa, missä uskon vanhempien mahdollisuuteen vaikuttaa estääkseen lapsensa säännöllisen tupakoinnin. Toinen on ennalta ehkäisevästi ennen kokeilua ja toinen on heti sen jälkeen, jos nuori jää kiinni tupakoinnista. Hyvänä motivointikeinona ovat erilaiset palkinnot tupakoimattomuudesta tai sanktiot tupakoinnista. Näitä on hyvä pohtia perheessä etukäteen, ennen 14 –

15 – ikävuotta, joka on tyypillinen tupakankokeiluikä. Sekä palkinnot, että sanktiot pitää olla toteutettavissa ja vanhempien tehtävä on noudattaa omaa osuuttaan sopimuksesta.

Työkokemukseni ja tutustuminen tämän tutkimuksen teoriapohjaan, ovat vahvistaneet ajatustani vanhemmuuden tärkeydestä ja heidän mahdollisuuksista puuttua alaikäisen nuorensa tekemiin valintoihin. Tiedän, ettei kenenkään perässä voi kulkea, eikä kenenkään puolesta voi tehdä valintoja. Mutta ainakaan ei kannata sanoa: ”Minkä mä sille voin, että se polttaa tupakkaa, enhän mä voi sitä koko ajan vahtia”. Vanhemmat voivat vaikuttaa nuorten tupakointiin. He voivat puhua tupakoinnin vaaroista, he voivat antaa palkintoja tupakoimattomuudesta tai sanktioita tupakanpoltosta.

Läsnä oleva vanhemmuus ja huolenpito omasta lapsesta ovat tärkeitä päihteiltä suojaavia tekijöitä. Perheessä, jossa läsnä oleva vanhemmuus toteutuu, huomataan asioita. Siellä nähdään mitä tapahtuu ja niistä uskalletaan puhua. Siellä jaetaan tapahtumia, pettymyksiä ja toiveita. Siellä pyydetään apua ja keskustellaan. Siellä tunnetaan, luotetaan ja koetaan läheisyyttä. (Kristeri 1995, 23.) Ehkäisevän työn tärkeä tehtävä on vanhempien roolin vahvistaminen nuoren terveen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin turvaamiseksi (Hänninen 2013, 186).

Tupakkakeskusteluiden kulttuuri Kouvolan ehkäisevässä päihdetyössä on muuttunut. Ennen tutkimustani ensisijainen tavoite oli lopettaa nuoren tupakointi keskittymällä itse nuoreen. Jatkossa keskitymme erityisesti vanhemmuuteen ja perheeseen kokonaisuutena. Tavoite on saada perhe olemaan kiinnostuneita toisistaan ja elämään ”normaalielämää”. Elämää, jossa lapsia tuetaan koulunkäynnissä ja harrastuksissa, jossa keskustellaan avoimesti ja jaetaan tunteita, iloja ja suruja. Kasvatus, kontrolli ja valistus. Näitä kaikkia kolmea vaikutustapaa täytyy käyttää, mikäli halutaan saada aikaan muutoksia sekä yksilöiden käyttäytymisessä, että kulttuurissa (Soikkeli ym., 19.)

Kukaan vanhempi ei ole täydellinen päihdekasvattaja. Mutta saamalla ajatuksen itselleen mahdollisuudesta vaikuttaa oman lapsensa tupakointiin, voi rooli päihdekasvattajana saada uudenlaisia ”tuulia”. Tätä ajatusta selkeyttämään tuon oman korteni kekoon ja vien tutkimustuloksia eteenpäin, niin tupakkakeskuste-

luihin kuin vanhempainiltoihin. Vanhempien mahdollisuudet vaikuttaa oman lapsensa tupakointiin tulee nähdä mahdollisuutena ja voimavarana nuorten tupakoinnin ehkäisyssä.

LÄHTEET

Aaltonen, Sanna & Heikkinen, Alpo 2009. Teoksessa Marjatta Bardy (toim.) Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos.

Ackerman, Robert 1991. Lapsuus lasin varjossa. 1.-2. painos. Helsinki: VAPK-kustannus.

Ali-Melkkilä, Sirpa 2010. Ehkäisevää päihdetyötä eli kansalaiseksi kasvattamista osallisuuden kautta. Teoksessa Kylmäkoski Merja & Pylkkänen Sanna & Viitanen Reijo (toim.) Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Helsinki: Humak.

Alkoholilaki (1994/1143).

Bardy, Marjatta 2009. Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: Terveyden ja Hyvinvoinnin laitos.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 2.painos. Jyväskylä: Vastapaino.

Hara, Mervi & Ollila, Hanna & Simonen, Olli 2010. Yhteinen vastuumme. Toimintasuositukset lasten ja nuorten terveyden ja tupakoimattomuuden edistämiseksi Suomessa vuosina 2010-2013. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö

Helminen, Jari 2006. Elämä koettelee, tuki kannattelee. Juva: PS-Kustannus.

Helmiö, Susanna 2010. Nuorten yhteisöllisyyden piirteitä päihdekulttuurissa. Teoksessa Kylmäkoski Merja & Pylkkänen Sanna & Viitanen Reijo (toim.) Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Helsinki: Humak.

Herranen, Jatta 2010. Toisin tekemisen paikka? Ehkäisevää päihdetyötä nuorten silmin. Teoksessa Kylmäkoski Merja & Pylkkänen Sanna & Viitanen Reijo (toim.) Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Helsinki: Humak.

Hirsjävi, Sirkka & Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2013. Tutki ja kirjoita. 15.-17. painos. Helsinki: Tammi.

Huumausainelaki (1993/1289).

Hänninen, Hanna 2013. Ehkäisevää työtä vanhemmuutta tukemalla. Teoksessa Tapio, Mari & Kuula, Tarja (toim.) Selkenevää myötätuulta. Helsinki: Humak.

Kalland, Mirjam & Sinkkonen, Jari 2003. Varhaiset ihmissuhteet ja niiden häiriintyminen. Helsinki: WSOY.

Kalliomaa, Annina & Puura, Sanna & Tasanko, Pia 2004. Nuoruus Suomessa. Helsinki: Opetusministeriö

Kinnunen, Jaana & Lindfors, Pirjo & Pere, Lasse & Ollila, Hanna & Samposalo, Hanna & Rimpelä, Arja 2013. Nuorten terveystapatutkimus 2013. Nuorten tupakkatuotteiden ja päihteiden käyttö 1977-2013. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 3.1.2014.

http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=6511574&name=DLFE-26851.pdf

Kinnunen, Saara & Pajamäki-Alasara, Tatjana & Tallgren, Satu 2009. Varhaisnuoruuden kasvu ja kehitys – vanhempi nuoren kasvun tukena. Helsinki: Mannerheimin lastensuojeluliitto. Viitattu 4.2.2014. <http://mll-fi->

bin.directo.fi/@Bin/9958d474d1486945cda58fcf4925f84c/1391513282/application/pdf/11828253/MLL%20-%20Varhaisnuoruuden%20kasvu%20ja%20kehitys.pdf

Kristeri, Irene 1995. Haavoittunut vanhemmuus. Jyväskylä: Kirjapaja Oy.

Kouvolan kaupunki 2013. Elimäen yläaste. Viitattu 19.12.2013.

<http://www.kouvola.fi/index/lapsiperheelle/perusopetus/peruskoulut/elimaenylaste.html>

Kylmänen, Petri. 2005 Kun kaikki muutkin... Helsinki: Tammi.

Laki toimenpiteistä tupakoinnin vähentämiseksi annetun lain muuttamisesta 487/1999

Lastensuojelulaki (417/2007). <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Metsämuuronen, Jari 2006. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä: opiskelijalaitos. Helsinki: International Methelp.

Myllyniemi, Sami & Berg, Päivi 2013. Nuoria liikkeellä! Nuorten vapaa-aikatutkimus 2013. Viitattu 4.2.2014. http://www.tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/08/Nuoria_liikkeell%C3%A4_Julkaisu_Nettiversio_korjattu.pdf

[f](http://www.tietoanuorista.fi/wp-content/uploads/2013/08/Nuoria_liikkeell%C3%A4_Julkaisu_Nettiversio_korjattu.pdf)

Nurmi, Jari-Erik 2006. Nuoruusiän kehitys: etsintää, valintoja ja noidankehä. Teoksessa Heikki Lyytinen (toim.) Näkökulmia kehityopsykologiaan. 1. – 7. painos. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.

Opetushallitus 2014. Oppivelvollisuus ja koulupaikka. Viitattu 20.01.2014.

http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/perusopetus/oppivelvollisuus_ja_koulupaikka

Pohjonen, Petra 2013. Maalaisjärkeä ja avointa keskustelua – Päihdekasvatuksen jokamiesluokka. Teoksessa Tapio, Mari & Kuula, Tarja (toim.) Selkenevää myötätuulta. Helsinki: Humak.

Puuronen, Anne 2012. Ei pala, palaa, ei pala... Helsinki: Vappu Helmisaari.

Pylkkänen, Sanna & Viitanen, Reijo & Vuohelainen, Elsi 2009. Mitä on nuorisolan ehkäisevä päihdetyö? Laadukkaan päihdekasvatuksen tukimateriaali. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu.

Päihdehuoltolaki (1986/41)

Raittiustyölaki (1982/828)

Rainio, Susanna & Sihvola, Seija & Rimpelä, Arja 2008. Perhesuojaa päihteitä vastaan. Viitattu 23.12.2013. <http://www.tyokalupakki.net/vantu/materiaali.pdf> Tampere: Tampereen yliopisto, terveystieteen laitos.

Salomäki, Sanna-Mari 2007. Tupakoivat vanhemmat. Taloustutkimuksen tekemä tutkimus Kuule Oy:n ja Suomen syöpäyhdistyksen toimeksiantona.

Salomäki, Sanna-Mari & Tuisku, Johanna 2012. Kuuntelua, kannustusta ja kehuja. Helsinki: Syöpäjärjestöt

Sinkkonen, Jari 2010. Nuoruusikä. Helsinki: WSOY

Soikkeli, Markku, Salasuo, Mikko, Puuronen, Anne & Piispa, Matti 2011. Se toimii sittenkin – kuinka päihdevalistuksesta saa selvää. Helsinki: Unigrafia.

Soikkeli, Markku & Warsell, Leena 2013. Laatutähteä kiertämässä – ehkäisevän päihdetyön laatukäsikirja. Tampere: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos

Syrjälä, Jaana 2005. Vahva vanhemmuus. Helsinki: VL-Markkinointi Oy.

Syöpäjärjestöt 2013. Vanhempien tupakointi vaikuttaa lapsen terveyteen. Viitattu 23.12.2013.

http://www.cancer.fi/syovanehkaisyy/tupakka/tupakkahaitat/vanhempien_tupakointi_vaikuttaa/

Tapio Mari, 2013. Ehkäisevän päihde- ja mielenterveystyön määrittely ja ohjaus – lait, strategiat ja ohjelmat. Teoksessa Tapio, Mari & Kuula, Tarja (toim.) Selkenevää myötätuulta. Helsinki: Humak.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2013. Kouluterveyskysely. Viitattu 3.1.2014.

http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/tilastot/vaestotutkimukset/kouluterveyskysely

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014a. Ehkäisevä päihdetyö. Viitattu

17.1.2014. http://www.thl.fi/fi_FI/web/neuvoa-antavat-fi/ehkaiseva-paihde-tyo

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014b. Global Youth Tobacco Survey. Viitattu

17.1.2014. <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/b74103f5-6fe5-4521-849d-e63bb492b381>

Tupakkalaki (1976/693).

Vierola, Hannu 2005. Tupakka – miehen tietokirja. 2. painos. Helsinki: Terra-gognita.

Viitanen, Hannu 2010. Nuorten päihdevalistuksen sokeat pisteet ja päihdekasvatuksen mahdollisuudet. Teoksessa Kylmäkoski, Merja & Pylkkänen, Sanna & Viitanen, Reijo (toim.) Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Helsinki: Humak.

LIITTEET

Liite 1. Kysely vanhemmille

Liite 2. Kysely oppilaille

Liite 3. Teemahaastattelun tukilista

Kysely vanhemmille

1. Olen

☐ Äiti

☐ Isä

☐ Muu huoltaja

2. Tiedätkö onko lapsesi kokeillut tupakkaa? Tai tiedätkö hänen polttavan säännöllisesti?

3. Miten olet toiminut tai aiot toimia, jos lapsesi jää kiinni tupakoinnista?

4. Miten mielestäsi ei kannata toimia lapsen jäädessä kiinni tupakoinnista? Mikä ei toimi?

5. Onko perheessänne mietitty keinoja, joilla motivoida lasta pysymään polttamatta? Jos on, niin millaisia?

6. Mitä mieltä olet Elimäen yläkoulun tavasta puuttua oppilaiden tupakointiin kouluaikana? (Ensimmäisellä kerralla oppilas soittaa itse kotiin, toisella kerralla oppilas ohjataan vanhempien kanssa keskustelemaan asiasta ehkäisevän päihdetyöntekijän luokse Motiimiin, jos sekään ei auta, tehdään oppilaasta rikosilmoitus.)

7. Poltatko itse tupakkaa?

8. Onko mielestäsi vanhempien tupakoinnilla vaikutusta lapsen tupakointiin tai tupakoinnin aloittamiseen?

Kysely oppilaille

1. Olen

☐ Tyttö

☐ Poika

2. a) Oletko kokeillut tupakkaa? _____

b) Poltatko säännöllisesti? _____

3. Jos olet kokeillut tai poltat säännöllisesti tupakkaa, tietävätkö vanhempasi siitä?

4. Jos olet jäänyt/jäisit kiinni tupakanpoltosta, miten kotonasi on siihen suhtauduttu tai suhtauduttaisiin?

5. Miten vanhempien kannattaisi toimia, saadakseen nuorensa olemaan polttamatta?

6. Miten vanhempien **ei** kannata toimia nuoren jäädessä kiinni tupakoinnista? Mikä ei toimi eikä auta?

7. Polttaako jompikumpi vanhemmistasi?

8. Onko mielestäsi vanhempien tupakoinnilla vaikutusta lapsensa tupakointiin tai tupakoinnin aloittamiseen?

9. Mitä mieltä olet Elimäen yläkoulun tavasta puuttua oppilaiden tupakointiin kouluaikana? (Ensimmäisellä kerralla oppilas soittaa itse kotiin, toisella kerralla oppilas ohjataan vanhempien kanssa keskustelemaan asiasta ehkäisevän päihdetyöntekijän luokse Motiimiin, jos sekään ei auta, tehdään oppilaasta rikosilmoitus.)

Teemahaastattelun tukilista

- Miten näet tupakoinnin tällä hetkellä koululla, lähinnä kasiluokkalaisten osalta?

- Miten sinun mielestä vanhempien tulisi toimia lapsen jäädessä kiinni tupakanpoltosta? Mikä ei auta?

- Miten kotona voitaisiin toimia ennalta ehkäisevästi liittyen nuorten tupakanpolttoon?

- Onko mielestäsi vanhempien esimerkillä vaikutusta lapsen tupakanpolttoon?

- Mitä mieltä olet ollut Elimäen yläkoulun mallista puuttua oppilaiden tupakanpolttoon?